



**住吉
タウン**

ふれあいを大切に、より活力ある住みよい街づくりを……

毎月1回 45,000部発行

TOWN

community paper

★月1回発行 1部100円(税別)★

タウン新聞 株式会社

〒545-0023 大阪市阿倍野区王子町4-3-31
TEL.6628-0003 (代) FAX.6628-0606
<http://www.town-shinbun.com>
townshinbunsha@ybb.ne.jp

**住吉タウンの協賛広告で
地域貢献しませんか?**

掲載料金(月1回)35,000円(税別) ※デザイン料含む

お問合せは06-6628-0003
または、右記QRコードをご覧ください





**住吉
タウン**

ふれあいを大切に、より活力ある住みよい街づくりを……

TOWN

毎月1回 45,000部発行

community paper

★月1回発行 1部100円(税別)★

タウン新聞株式会社

〒545-0023大阪府阿倍野区王手町4-3-31
TEL.6628-0003(代) FAX.6628-0606
<http://www.town-shinbun.co.jp>
townshinbunsa@ybb.ne.jp

community paper

★月1回発行 1部100円(税別)★

タウン新聞株式会社

〒545-0023大阪府阿倍野区王手町4-3-31
TEL.6628-0003(代) FAX.6628-0606
<http://www.town-shinbun.co.jp>
townshinbunsa@ybb.ne.jp

毎様の歯とハートを健康に保つお手伝い

 **中岡歯科医院**

院長 中岡 晴祐

一般歯科・小児歯科・予防歯科・審美歯科

診療時間	月～金	9:30～12:30/14:30～19:30
土曜日	9:30～12:00/14:00～17:00	

休診日：日曜日・祝日 阿倍野区阪南町6-9-29

☎6693-3336



Instagramは
こちらから

タウ新聞のズボサラーの皆様並びに識者の皆様、目頃からこ愛読頂き感謝申し上げます。

2023年は、世界の平均気温が、観測史上最高となり、南米ペルー沖の海面水位が高く「エルニーニョ現象」が発生し記録的な暑さの要因の一つとなりました。地球温暖化時代から地球沸騰化時代に到来したと国連総長の発表がまた早急な気候アクションの必要性を訴えています。

この異常現象は、世相にも反映しているのではないのでしょうか。ブランドを誇ったジャニーズ宝塚歌舞伎界、常軌を逸した事件や未だ収束しない口角によるウクライナ侵攻、ハマスとイスラエルの戦闘、尊い命が奪われる現実が脅威を覚えます。

「夢は正夢！」栗山監督が率いたWBC（ワールド・ベースボールクラシック）憧れを超えた侍たちが世界1に。関西タビーズでは38年振りに阪神が日本1を制覇。経済効果もあることながら岡田監督の「頭脳野球」にあっては感動の連鎖が頭重にも広がり、次は「AREGGOSSON」連覇に向けて期待が高まります。世界が沸いた大谷翔平選手のプロサンゼルス・ヤス・大団。プロスポーツ史上最高額の大型契約者の次なる目標はワールドシリーズでの勝利!!また将棋界の頂点である八冠を全て手にする前人未だのタイトルを独占した藤井聡太棋士は記録より81卒の盤上にあるはずの「真理」を探究することを目指す」と語っています。

来るべき、関西大阪万博には賛否両論ありますが、イン・ウインドにも希望をつなげ、大阪の経済が潤うことを望みます。

本年は辰年、春の日差しがあまねく成長を助ける年。森羅万象に光が差す年にと願います。

3 すべての人に健康と福祉を



12 つくる責任 つかう責任



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS
持続可能な開発のための17の目標



環境などのために、ちょっと意識して取り組んでいる「ちょっとしたSDGs」を募集しています。

【応募あて先】ハガキに郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を明記の上、〒545-0023 大阪市阿倍野区王子町4-3-31 住吉タワ1月号「私のちょっとしたSDGs」係まで応募ください。

■締切：1月17日必着※応募頂いた取り組みは本紙で紹介させていただきます。

日本のごみ排出量は世界4位!!

一般ごみや産業ごみ、災害ごみに関する問題、不法投棄による環境破壊の問題、焼却や埋

その数はさらに増加し、2050年には1億1000万トンになると予想されています。

期待されます。

消費者が、機器に新しい機能を求め、

私たちにできること

[illegible]

近年、電子廃棄物が急増中!!
＝正しい処理で資源の再利用も可能に＝

世界で捨てられているごみの量は、年間約21億トン。その中でも「電子ごみ」と呼ばれる廃棄物は、近年、急激に増加しています。

電子ごみは、スマートフォンやパソコン、家電などの、電子機器類のごみを指しています。2019年には、5360万トンのごみゴミが捨てられてました。

私たちが日常生活で使用する電子機器は、廃棄物を長く使ったり、かつ処分する際にはリサイクル業者に依頼するといった取り組みです。

環境と健康への危惧

機器の中には、鉛や水銀などの有害物質が含まれているので、電子ごみが正しく処理されないと、環境や健康へ影響を及ぼします。

電子ごみの再利用

電子ごみは数々の問題を引き起こしています。が、正しく処理されれば、貴重な資源の確保につながることもあります。機器にはレアメタルや金などの金属が含まれており、再活用されることも





ストレス

副腎は左右の腎臓の上にあり、ミッド型をした約5gのとても小さな臓器ですが50種類以上のホルモンを産生・分泌しています。副腎皮質ではステロイドホルモン（コルチゾール、アルドステロン、性ホルモン）を分泌することで、栄養素の代謝、ストレスのコントロール、バランス調整（電解質・循環器系・免疫機能等）を重要な働きをしています。

【副腎疲労症候群】

ストレスがかかると血中コルチゾールの過剰が続く



薬剤師
奥田 麻友美

副腎疲労は、ストレスの影響で、副腎の機能が低下し、ホルモンの分泌が不足することで、様々な症状が現れます。代表的な症状として、疲労感、集中力の低下、睡眠障害、食欲不振、体重減少などが挙げられます。また、女性では月経不調や閉経後の症状もみられます。

副腎疲労は、ストレスの影響で、副腎の機能が低下し、ホルモンの分泌が不足することで、様々な症状が現れます。代表的な症状として、疲労感、集中力の低下、睡眠障害、食欲不振、体重減少などが挙げられます。また、女性では月経不調や閉経後の症状もみられます。

2024年4月入園

3~5歳児園児募集

キッズ&モア杉本保育園

Kid's & More

- 遊び中心のEnglish Lesson
- 少人数(定員12名)のプリスクール
- 子どもの主体性を大切にする保育

Scan here!

ウェブサイトはこちら ▶

インスタグラムのDMでも問い合わせ可

キッズ&モア杉本保育園 大阪府大阪市住吉区杉本 2-30-5 1F tel. 06-6654-8788

特別展「古代メキシコ」

―マヤ、アステカ、テオティワカン―

国立国際美術館

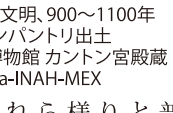
令和6年2月6日(火)～2月13日(火)



チャクモール像 マヤ文明、900～1100年
チチェン・イツァ、ツォン・パントリ出土
ユカタン地方人類学博物館 カントン宮蔵
©Secretaría de Cultura-INAH-MEX



太陽のピラミッド ©Secretaría de Cultura-INAH-MEX



マキシコには35もの世界遺産があり、なかでも高い人気を誇るのが、古代都市の遺跡群です。前15世紀から後16世紀のスペイン侵略までの3千年以上における、多様な環境に適応しながら、独自の文明が花開きました。本展ではそのうちマヤ・アステカ・テオティワカンという代表的な3つの文明に焦点をあてます。

前12000年頃から広範な地域に栄え、暦や文字など高度な知識を有する主や貴族が中心となつて、交易と戦争を繰り返したマヤ文明。1325年に首

都テノチティトラン(現メキシコシティ)を築き、軍事力と貢納制度を背景に繁栄を謳歌したアステカ文明。前11世紀から後6世紀までのメキシコ中央高原に栄え、「太陽のピラミッド」の蛇ヒラムミッドを擁する巨大な計画都市を築いたテオティワカン文明。

火山の噴火や地震、干ばつなど厳しい自然環境の中、人々は神を信仰し時に畏怖しながら、王と王妃の墓大神殿・三大ピラミッドなど各文明を代表する壮大なモニュメントを築きました。本展では、普遍的な祈りと自然への神々、そして多様な環境から生み出された独自の世界観と造形美を通して、古代メキシコ文明の奥深さと魅力に迫ります。

【**観覧料**(税込)】

一般 2100円

大学生 1900円

高校生 1300円

小学生 900円

700円

※()は団体・前売料

※団体は20名様以上

※前売券は令和5年12月11日(月)～令和

【**休館日**】

月曜日 ※ただし、2月12日(月)・振休、4月29日(月)・祝、5月6日(月)・振休は開館し、2月13日(火)は休館

【**観覧料**(税込)】

一般 2100円

大学生 1900円

高校生 1300円

小学生 900円

700円

※()は団体・前売料

※団体は20名様以上

※前売券は令和5年12月11日(月)～令和

【**開館時間**】

5月6日(月)・振休 10時～17時

金曜・土曜は20時まで

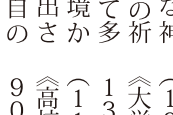
※入場は閉館の30分前まで

【**展覧会名**】

特別展 古代メキシコ ―マヤ、アステカ、テオティワカン―

【**会期**】

令和6年2月6(火)～5月6日(月)・振休



碑文の神殿と13号神殿 ©Secretaría de Cultura-INAH-MEX



碑文の神殿と13号神殿 ©Secretaría de Cultura-INAH-MEX

伸縮細胞が
く→海馬が
↑↑↑認識
↓下のリスク
↑↑↑近年では
炎症は副腎
にうつるという
ことがあり、血液
で正常値内で
免疫細胞や
免疫細胞や
経伝達物質
としていると
す。残念な
ことは、本
では正式
ではなく、
医療では治
癒とされて
いる。

「チリコ」
氣が出ない
予約のお電話



▲公式LINE

「副腎疲労は副腎
長引くと不調は
腎疲労がもしれま
せん。血流や腸内
環境の改善、ホル
モンバランスや免
疫調節・食養生で
栄養補給、解毒排
泄をつくるなど
ひとりひとりの状
態に合った方法を
ご提案します。漢
方相談は完全予
約制です。まずは
予約のお電話を

●集中力低下！
●イライラやワツ
●感情の劣化
●睡眠の質低下
●アトピー悪化
●月経不順
●下痢便秘ガス
●老化が早い
●濃い血が欲しい
●刺激物が欲しく
なる など。



結婚相談所 まんまる

全国結婚相談事業者連盟



新春お年玉キャンペーン 入会金より1万円引き

新春お年玉キャンペーン期間:1/5(金)～1/31(水)

成婚料0円キャンペーン終了間近です!!

★成婚料110,000円が0円

2024年
3月末迄

★お見合料0円

マッチングアプリとは違い
100%身元確認が取れた人
同士のマッチングなので、
安心してお付き合いがで
き、結婚を真剣に考えてい
る会員様との出会いに
8000名以上ご紹介でき
ます。

080-3800-6968

代表 葉中 留美

大阪市北区梅田1丁目2番2号 (大阪駅前第2ビル12-12)

ホムペ・サイト



LINE



LINE

LINE



読者プレゼント

本紙で紹介した展覧会の入場券をペア2組に差し上げます。
 【応募あて先】ハガキに郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を明記の上、
 〒545-0023 大阪市阿倍野区王子町4-3-31
 住吉タウン1月号「古代メキシコ」係までご応募ください。
 ■締切：1月17日必着 ※当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

販売
6年2月5日(月)まで

※中学生以下無料要証明

※大学生・高校生の方は証明できるものをここに提示ください

※身に障がいのある方とその付添者1名無料要証明

※本料金で同時開催のコレクション展もご覧いただけます

【会場】
大分県北中津市島4-2-25
国立国際美術館

【お問い合わせ】
06-6447-480

イワカン

月6日(月)振休

恋愛運に良いパワーストーン

素敵な出会いを求めている女性に贈らる、恋愛運に良いパワーストーンはどのような？女性としての魅力を高めるパワーストーンを贈れば、既に結婚されたご夫婦の間にもさらに円満になるかもしれません。石にはそれぞれ秘められた力があるとされているので、お誕生日や母の日にパワーストーンを贈るといえるでしょう？女性らしさを高めるピンクローズクォーツやストロベリークォーツなど、良いと言われています。

献血バスが来ます。ご協力下さい。

【佳吉区】
■1月19日(金) 大阪公立大学
10:00～11:15
12:30～16:30



テレフォンダイヤル 

住吉区役所	6694-9625
住吉警察署	6675-1234
住吉消防署	6695-0119
住吉図書館	6606-4946
住吉区民ホール	6694-6100
沢之町休日急病診療所	6672-6021

家事 ・マナー
・シフト
・プラン 1953 **経験と実績の
安心マークです** **モリタ** サービス ●お申し込みの手配
から介護まで **1,875円～** 1時間 厚生労働大臣許可
家政婦会 **紹介所**
ケア・ワーカー募集!!
 大阪市(住吉区)大領4-7-21 (大阪府立病院南ヨコ)
 ☎06-6691-2055



かかる出費を抑えることに
なります。

だからこそ、屋根の修理
をする場合は、同じく足場
を使う工事の外壁塗装を
行う時期にもあるため、
一緒に行う事で無駄な足場
費用がかからなくなり、お
得になります。

お家の修理・リフォームはお任せ下さい

お事・許可 (資-18)第126123号

コウセイ設備・工務店

大阪市阿倍野区天王寺町南 2丁目 17-13

<http://kousei-setubi.net> ☎06-6714-6667

お問合せご相談などは
右のダイヤルもしくは
フリーダイヤルよりご連絡下さい

☎0120-063-850





KINOSHITA CIRCUS

世界三大サーカス

コロナ対策について



プログラム動画はこちら!!





創立122周年

あの、世界を感動させた木下大サーカスがさらに進化して3年ぶりに大阪にて開催!!

夢と勇気と感動と。熱き挑戦者たちの奇跡のステージ!

スーパー ミラクル イリュージョン 木下大サーカス大阪公演 年間120万人動員!!

「常に最高であり続ける誇り」…創業者の心を継承して**創立122周年**。木下サーカスが伝統のなかで磨きあげ、鍛え上げてきた名人芸と、世界一流の海外アーティストたちが競演するダイナミックなスペクタクル・ショー。興奮と感動に満ちた栄光1世紀をこえた122周年の記念ツアー、木下大サーカス3年ぶりの大阪での公演です。

子どもたちに楽しい夢を、若者にバーチャルではない迫真のライブ芸の魅力を、壮年の方たちには去りし日の思い出と感動を、お子様の感動情操教育の場として最上級の世代を超えて共感をわかち合えるひとときを、ぜひおそろいでお楽しみください。

主催 □読売新聞社・読売テレビ・報知新聞社・KINOSHITA CIRCUS
後援会(予定)大阪府・大阪市・堺市・東大阪市・守口市・門田町・大津市・豊中市・吹田市・寝屋川市・松原市・河内市・藤井寺市・岸和田市・羽曳野市・交野市・泉南市・大阪府教育委員会・大阪市教育委員会・東大阪市教育委員会・守口市教育委員会・門田町教育委員会・社会福祉法人大阪府社会福祉協議会・大阪市社会福祉協議会・大阪市地域振興協会・大阪府PTA協議会・大阪府PTA協議会・大阪府老人クラブ連合会・大阪市老人クラブ連合会・大阪府公立中学校長会・大阪府私立学校長会・大阪府私立幼稚園連合会・大阪府私立保育園連合会・社会福祉法人大阪府社会福祉協議会・一般社団法人私立保育連盟・大阪府子ども会連合会・大阪府子ども会連合会・大阪府スポーツ協会・大阪府青少年会議・大阪府工業労働組合連合会・大阪府商業労働組合連合会・大阪府商工労働組合連合会・大阪府商店街振興組合連合会・大阪府学生文化連盟・阪神電気鉄道株式会社・京阪ホールディングス・近畿日本鉄道・南海電気鉄道・大阪府産業観光局・京都バス・近鉄バス・大阪シティバス(順不同)

協賛 森永製菓・スズキ・コカ・コーラボタラスジャパン・サントリー・山九

■自由席 入場料金 (税込)

区分	おとな	子ども (3歳~高校生)	大学・専門生
前売券	3,500円	2,000円	2,500円 (小学生以下は2,000円)
当日券	4,000円	2,500円	3,000円

※2歳以下のお子様は、席の上に乗せてご覧いただけます。
※障がいの方はお日料半額(但し障害者手帳等をご提示ください)。 ※特別自由席プラス1,000円は当日会場までのお販売
※車椅子のお客様は、エリアに限りがございますので、予め公営駐車場までご連絡ください。

■指定席料金 (税込)

リングサイドA席	リングサイドB席	リングサイドC席	ロイヤルブルー席	ロイヤルイエロー席	ロイヤルグリーン席
4,500円	3,000円	2,500円	2,500円	2,000円	1,500円

※入場券は、コンビが便利!! オプション購入可

前売指定席券・購入方法 指定席券のみご購入できます。(ご観覧の4日前には完売を確実切ります)

ファミリーマート

ファミリマートの店舗でのご購入可
kinoshita-circus.co.jp

LAWSON

ミニストップ
コード 57001
l-tike.com

セブンイレブン

セブンの店舗でのご購入可
コード 103-380
電話予約 103-380

Rakuten チケット

<https://r-t.jp/knst>

その他の主なプログラム

- スーパーキャットマジックショー ● 日本古楽舞 ● 夏の葉
- 足芸ふすま ● 空中つりロープショー ● 空中小つりロープショー
- 美女が踊る空中リグショー ● パイプレット ● 日本伝統芸 ● くげばしレジーナ
- 日本伝統芸 ● 青竹渡り ● くらげばしレジーナ

開演時間 ※休日は本公演と2月26日(祝)、3月6日(祝)・13日(祝)、4月10日(祝)・24日(祝)、5月8日(祝)・15日(祝)。

区分	10:00	11:00	13:00	14:00	15:00
月・火・土曜日		○		○	
水曜日		○	●	○	○
木曜日				○	○
金曜日	○	○	○	○	○
日・祝日				○	○

※全公演約2時間10分(休憩20分間)です。
※飲食店等の持ち込みはご遠慮いただいております。
※天候等の影響により休演する場合がございます。
※本大会のコマ・ピエロ・音楽等に関する権利は全てに帰属しておりますが、公演後のフィナーレのみ撮影可能です。(空中ブランコの後)

■会場のご案内 公共交通機関をご利用ください。



地下鉄JR森ノ宮駅が最寄りです

最寄駅は森ノ宮駅です。JRI大阪城公園駅からのルートは、ご利用できません。

木下大サーカス大阪公演事務局

〒530-0012 (2/18まで)
大阪市北区芝田2-2-17
和光ビル2F

TEL 06(6374)0045
FAX 06(6374)0027

〒536-0025 (2/19から)
大阪府大阪市東区森之宮1丁目6
地下鉄JR森ノ宮駅東250m
北へ350m 徒歩12分 特設会場

TEL 06(6969)0009
FAX 06(6969)2700

www.kinoshita-circus.co.jp
e-mail: webmaster@kinoshita-circus.co.jp

木下大サーカス Facebookでフォロー

主要なプログラム

画像はイメージです。



かわいい家さんのショー

ワシントン条約により、出演できない場合があります。予めご了承ください。

夢のダブル空中ブランコショー



七丁椅子の妙技



坂綱



NEWウォール・オブ・デス

地上15m決死の新空中大車輪



世界のオートバイショー



世界トップのランアメリカンジャグリングショー



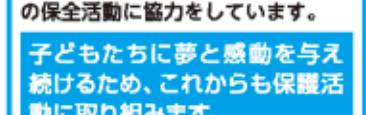
フラフープ



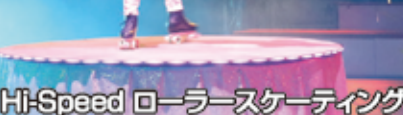
ゆかいで楽しいアメリカンビエロ



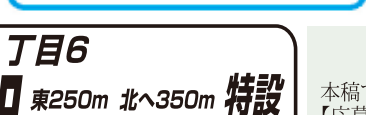
スーパーイリュージョン



世界最高のハンドスタンディング



英国からやってきた7頭のかわいいポニーのショー



Hi-Speed ローラースケーティング



交差により、プログラムに変更がございます。

新型コロナウイルスの感染状況により変更があります。HPをご覧ください。

2月24日(土)〜5月27日(日)

休演日: 毎月木曜(2月28日(祝)、3月6日(祝)・13日(祝)、4月10日(祝)・24日(祝)、5月8日(祝)・15日(祝))

大阪市東区森之宮1丁目6 地下鉄JR森ノ宮駅 東250m 北へ350m 特設会場 徒歩12分

公共交通機関をご利用ください。

読者プレゼント

本稿で紹介した入場券をベア10組に差し上げます。
【応募先】ハガキに住所・氏名・年齢・電話番号を明記の上、〒545-0023 大阪市阿倍野区王子町4-3-31 住吉タウン木下大サーカス係 ■締切: 1月17日必着
※当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

新年あけましておめでとうございます。

住吉区では、これから5年間の住吉区政の方向性を示す住吉区将来ビジョン2028（すみよいまちえーとこ住吉）の策定を進めています。

歴史文化などの資源の活用はもとより、住民のつながりを育んできた地域での見守りやあいさつなどの取組を土台に、幅広い世代の住民が多様な課題を「自分事」として、ともにまちづくりを進めていくことをめざしています。

とりわけ、豊かな地域コミュニティの実現に向けて、地域のつながりの強化や、大学・企業等と連携した課題解決・地域活性化に取り組んでいきたいと考えています。より多くの方々が住いの地域のことを知り、地域活動への理解が深まるよう、気軽に参加できる機会づくりを進めるとともに、区内の12の地域活動協議会の様々な活動を支援していきます。

来年4月には「2025年大阪関西万博」が開幕します。万博は「いのち輝く未来社会のデザイン」をテーマに、SDGs達成への貢献を開催意義の一つに掲げています。住吉区でもSDGsの推進に引き続き取り組んでいきますので、ご協力よろしくお願ひします。

結び、皆様のご健勝・ご多幸を祈念しまして年頭のご挨拶といたします。

住吉区長 平澤 宏子

新年あけましておめでとうございます。皆様方におかれましては、新春を晴々しくお迎えのこととお慶び申し上げます。

また、平澤は警察行政の各般にわたり、ご理解と協力を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、住吉区の刑法犯認知件数は、この数年、減少傾向でありましたが、令和5年は前年より増加しました。

特に、被害者の多くが高齢者である特殊詐欺の認知件数は過去最悪の件数となりました。

手口別に見ますと、区役所職員などをかたり「還付金がある等」、被害者をATMに誘導してお金をだまし取る還付金詐欺が最も多く、また、自宅のパソコン画面にウイルス感染」という表示が現れてきたり、「有料サイトや携帯電話の未払料金がある」とのメールや電話連絡が来たりし、電子マネーを購入するよう指示される架空料金請求詐欺（サポート詐欺）が多発しました。

これらの被害を防ぐには、住民の皆様一人一人が、より一層の防犯意識を持つことが重要で、ご家族・ご友人に周知していただくことが効果的です。

住吉警察署としまして「安全なまち住吉」を確立するため、本年も署員一丸となつて犯罪の検挙抑止活動を進めてまいります。引き続き、皆様方のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

住吉警察署長 鈴木 雄大

住吉防犯協会

会長 田中 貞夫

住吉区我孫子2-1-5-14
TEL(669)11612

0歳から百歳まで

地域の共生の「結び目」となる
社会福祉法人

四 恩 学 園

理事長 中西 裕

創設109年
住吉区刈田4-13-9（刈田北住宅前）
TEL(6607)22200

地下鉄あびこ中央商店街振興組合
理事長 市田 卓司

住吉区刈田5丁目13-15
TEL(6696)58605

印刷 に関わるあらゆるご相談にお応えします

株式会社 関西共同印刷所

代表取締役社長 竹 村 知 洋

大阪市北区大淀中3丁目15-15
電話 〇六 四四五 二二八八

新年明けまして

おめでとうございます

今年も宜しくお願ひします

タワシ新聞株式会社

あべのハルカス美術館

令和6年2月2日（金）～4月7日（日）

あべのハルカス美術館開館10周年記念

「円空―旅して、彫って、祈って―」

馬頭観音を模した像 愛知県 龍泉寺 画像提供：古屋市博物館

こうした機をとらえて、素朴ながら力強く温かい「円空仏」の魅力を改めて多くの人々に感じていただくことを目指し、本展を開催いたします。

【展覧会名】あべのハルカス美術館開館10周年記念「円空―旅して、彫って、祈って―」

※観覧料はいずれも税込み
※前売券は令和5年11月23日（木・祝）から令和6年2月1日（木）まで販売
※障がい者手帳をお持ちの方は、美術館チケットカウンターで購入されたチケットと引き添いの方1名様まで当日料金半額

【会場】あべのハルカス美術館（大阪市阿倍野区阿倍野筋1-1-43 あべのハルカス16階）

【お問合せ】あべのハルカス美術館 06・43399・9050

【美術館公式サイト】https://www.aiham.jp/

【休館日】2月5日、3月4日の切実な祈りや願いに寄り添って作られた「円空仏」は、コロナ禍を経験した我々にとつて時空を超えて力になり、励ましとなるものでしょう。また、2024年は紀伊山地の霊場と参詣道が世界遺産に登録されて20年という節目の年でもあり、修験の行者が育んだ文化に注目が集まっています。

【観覧料】《一般》1800円 《大高生》1400円 《中高生》1200円 《小学生》500円 《300円以下》※（内は前売りおむすび5名様以上の団体料金）

【美術館公式サイト】https://www.aiham.jp/

【休館日】2月5日、3月4日の切実な祈りや願いに寄り添って作られた「円空仏」は、コロナ禍を経験した我々にとつて時空を超えて力になり、励ましとなるものでしょう。また、2024年は紀伊山地の霊場と参詣道が世界遺産に登録されて20年という節目の年でもあり、修験の行者が育んだ文化に注目が集まっています。

【休館日】2月5日、3月4日の切実な祈りや願いに寄り添って作られた「円空仏」は、コロナ禍を経験した我々にとつて時空を超えて力になり、励ましとなるものでしょう。また、2024年は紀伊山地の霊場と参詣道が世界遺産に登録されて20年という節目の年でもあり、修験の行者が育んだ文化に注目が集まっています。

【休館日】2月5日、3月4日の切実な祈りや願いに寄り添って作られた「円空仏」は、コロナ禍を経験した我々にとつて時空を超えて力になり、励ましとなるものでしょう。また、2024年は紀伊山地の霊場と参詣道が世界遺産に登録されて20年という節目の年でもあり、修験の行者が育んだ文化に注目が集まっています。

【休館日】2月5日、3月4日の切実な祈りや願いに寄り添って作られた「円空仏」は、コロナ禍を経験した我々にとつて時空を超えて力になり、励ましとなるものでしょう。また、2024年は紀伊山地の霊場と参詣道が世界遺産に登録されて20年という節目の年でもあり、修験の行者が育んだ文化に注目が集まっています。

【休館日】2月5日、3月4日の切実な祈りや願いに寄り添って作られた「円空仏」は、コロナ禍を経験した我々にとつて時空を超えて力になり、励ましとなるものでしょう。また、2024年は紀伊山地の霊場と参詣道が世界遺産に登録されて20年という節目の年でもあり、修験の行者が育んだ文化に注目が集まっています。

【休館日】2月5日、3月4日の切実な祈りや願いに寄り添って作られた「円空仏」は、コロナ禍を経験した我々にとつて時空を超えて力になり、励ましとなるものでしょう。また、2024年は紀伊山地の霊場と参詣道が世界遺産に登録されて20年という節目の年でもあり、修験の行者が育んだ文化に注目が集まっています。

【休館日】2月5日、3月4日の切実な祈りや願いに寄り添って作られた「円空仏」は、コロナ禍を経験した我々にとつて時空を超えて力になり、励ましとなるものでしょう。また、2024年は紀伊山地の霊場と参詣道が世界遺産に登録されて20年という節目の年でもあり、修験の行者が育んだ文化に注目が集まっています。

【休館日】2月5日、3月4日の切実な祈りや願いに寄り添って作られた「円空仏」は、コロナ禍を経験した我々にとつて時空を超えて力になり、励ましとなるものでしょう。また、2024年は紀伊山地の霊場と参詣道が世界遺産に登録されて20年という節目の年でもあり、修験の行者が育んだ文化に注目が集まっています。

住吉タウン、ここに置いています

A

住吉区役所、図書館、区民センター
南住吉3-15-57

C

SteP 長居店
長居東4-1-23

E

沢之町郵便局
沢之町1-2-5

G

住吉我孫子郵便局
我孫子4-15-21

2

カラオケ喫茶 ちえ
万代4-13-4

B

マリッジトーレーニングサロン
住之江区浜口西2-1-8 (NYビル2F)

D

苅田郵便局
苅田5-9-3

F

近鉄百貨店
阿倍野筋1-1-43

10

アール・アール長居店
苅田2-15-22

2

うたごえ喫茶

毎月第1、第3木曜日好評開催
お気軽にお申し込み下さい

カラオケ喫茶「ちえ」

飲み物400円～ 万代4・13-5 (大阪府立病院向い)
1曲100円 ☎06(6675)1194

営業時間 PM1:00～5:00/PM6:00～11:00

やまもと
歯科 小児歯科
0120-0120-648-741

4

 **ミイパレエスタジオ**
幼児からアダルトまで
楽しく心身共に美しく

 ☎06-6696-6239
レッスン日/月・水・金・土
大阪市住吉区我孫子東2-4-25
<http://www.joy-hi-ho.ne.jp/mii21/>

5



生徒募集中

大阪府公安委員会指定
平野ドライビングスクール
 大阪市平野区加美正覚寺4丁目3番21号
☎6791-8521

服 **買い取ります**

売れるものなら 全国約70店舗以上展開

何でも買い取ります！

リサイクルショップ **VECTOR** **ベクトル 帝塚山店**

☎06-6675-5333

mail vectortodukayama27@siren.ocn.ne.jp



OPEN 11:00～CLOSE 20:00
 住吉区帝塚山1-13-2 (旧イセービルさん、横) 水曜日定休

遊び中心のEnglish School

ウェブサイト
はこちら▶
Scan here!

あびこ

坂田医院

ペインクリニック（痛みの治療）
整形外科・外科・内科・アレルギー科
リハビリテーション科 医師 坂田和房

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前9時～12時	○	○	○	○	○	○	○	△
午後4時～7時	○	○	○	○	○	○	○	△

東住吉区鷹合 電話 ☎6692-3669

※ 往診・在宅医療 随時◇

中岡歯科医院

院長 中岡靖裕 ☎6693-3336

月～金 9:30～12:30 / 14:30～19:30
土 9:30～12:00 / 14:00～17:00
休診日：日曜日・祝日 阿倍野区阪南町6-9-29

ふれあい 仲間27

1/26(金) 27(土) 28(日) 29(月) 30(火) [5日間]
¥1,500以上お買い上げで
ペットの無料送迎 やってます(要予約)

8%割引

美容・ホテル・ペット用品販売
アール・アール 長居店
☎06-6607-1250

ディアルム
住吉区苅田2-15-22/10:00～20:30/木曜定休

無料体験できます。日々
イキイキと楽しくお稽古
をはじめませんか？
東庄地区坂五丁目葛橋
会館
09608851002
09608851004

あなたの 便利帳

1行1650円(税込) お申込は ☎6628-0003 まで



■ **ライオンズクラブ**
ライオンズ会館 335 5 地区
第36回国際青年サタデー
コンテスト 作原 展

大阪和大川ライオンズクラブ
とのご協力を得て、
南庄地区立小・宮小小学
校・遠里小・野小小学校の6

【申込】
1月28日(日)から、来館
電話と受付をします。

【定員】
30名(申込先着順)

【対象】
どなたでも、小学生以下
の方には、保護者と一緒に
ご参加ください。

【日時】
1月28日(日)
午後2時～5時

【料金】
お一人あたり1650円(税込)
を折ってみませんか？

【おりがみ教室】
みんなで一緒にりがりが
を折ってみませんか？

住吉 図書館 便り

特記記載のない限り、
会場は いずれも書館棟
1階多目的室、無料です。



☎6606-4946

年生の皆さんが描いた
お気に入りのテーマに
あわせて、作品を展示
した。期間中、定期的
に入替えをします。

【日時】
3月1日(金)まで
住吉図書館子ども本
コーナーの壁面)

【おはなしのじかん】
【日時】
午前11時～11時30分
【水曜日】
午後4時～4時30分
【土曜日】
午後3時～3時30分
※第10曜日のみ会場
は住吉図書館お話し
室です。
※他行事のある土曜日
はおはなしのじかんは
ありません。

■大のためのおはなし会
【日時】
第3曜曜日
午前11時～11時40分

年賀状の始まりは、
平安時代以前と言わ
れています。
誰かが最初に年賀状を
出したのかなどの史料
は残っていませんが、7
世紀に起こった大化の
改新後、飛鳥使という
伝令書を送るための
機関が設けられたま
した。

日本で手紙のやり取
りがされるようになっ
たのは、以以降のこと
であると見られるいま
す。

平安時代から年賀状
がはじまるといわれ
る。平安時代の貴族・
藤原明衡がまとめた手
紙の文例集の中に、年
賀の挨拶の文例があっ
たためです。

これにより貴族の一
部では手紙で年の始め
の挨拶をしていたこと
がわかったのです。
庶民の間で広まって
きたのは江戸時代、町
人などが手紙を出すよう
になりました。

明治4年(1871
年)に郵便制度が開始
されたのをきっかけ
に、年賀状を送るもの
が一般的になりました。
そして、明治6年(1
873年)に郵便はが
きの発行が開始され、明
治20年(1887年)頃
にかけて年賀状が激増
し、現代の年賀状に近
い形になってきました。

年賀状の激増に伴い、
元日の消印を狙って年
末に投函する人も増え
続けた結果、文字通り
郵便局員たちは文字不
休で作業をあたり、押印
担当者の手はメデ腫
れ上がっているほどだ
といわれています。
そんな状況を回避し
ようと取り入れた制度
が、現在まで続く、年
のうちに年賀状を受け
付け、元日に配達する
「年賀郵便」の特別取扱
です。

この制度は明治32年
(1899年)に導入さ
れ、徐々に全国へと浸透
していき、今ではほと
んど普及しました。

その後、昭和12年(1
949年)と昭和24年(1
949年)に、元日に
年玉付年賀はがきの発
行が開始され、年賀状
を送ることで国民的の
行事として定着。

明治38年(1905
年)当時、年賀状の数は
1億枚程度でしたが、
平成16年(2004年)
にはピークを迎え、その数
は4億5000万枚
まで増加しました。

●年賀状を送る意欲は、
年々増加しています。

もともと年賀状は年
賀のあいだに行きたい
けれど、遠くへいけない
人に挨拶をする目的で
人に挨拶をする目的で
始められた。いまは礼儀
だけでなく、近況報告
や昨年のお世話になった
ことへのお礼の気持ち
を込めて挨拶します。

年賀状は、普段はな
かなか連絡を取らない
けれど、年賀状を出す
ことで自分がどうして
いて、どこに住んでい
るということを相手に
知らせることが出来ま
す。

もう一つは昨年のお世
話になったことへのお礼
です。

学生ならまだしも、社
会人ともなれば、マナー
の一端として年賀状を
書く方は多いようです。
特に年配の方にはメー
ルなどよりも書面の年
賀状の方が喜ばれるで
しょう。

	運気	小寒1月6日～2月3日まで 令和六甲辰(閏)年本暦より 阿倍王子神社 安倍晴明神社
一白水星 本月は思いもかけぬ金運の見込みあり、万事都合良く福・家門に集まる。思わぬ方より月き立てあり、文支出も多い。他人との争い一起とせず、正義を貫き歩けば信用も出来る。目的に向って進むとよい、西に喜びもある。 昭2・11・20・29 平11・20・29	二黒土星 本月は相性に于て吉の月。悩みの多い情を程度失致も起り得る。本命星に依り金銭に拘れど他人の事で出費も重なる。余り西に係わりせず。家族との和を計し何事も誠実に信用を第一に求めば西方より思いもかけぬ助力者現われる。 昭10・19・28・37・46・55・64 平10・19・28	三碧木星 本月は衰運の月。迷い焦りも起りやすし。しばらくの間流れて逆うなりせず、新規事業を手控入致をやらぬよう心かけ、長上の意見を入れ誠実にあれ。此の星の人は信じて仰く神祐あり。本命星鬼門線上にあり、病いに注意。 昭9・18・27・36・45・54・63 平18・27 令6
四緑木星 本月は衰運。不安を感じ焦りと迷いに追われ、何事か意のままにせず、決断力にも乏しくなる。心を鎮めて慎みを怠らず、堅実に現状維持に努め、お怒りを起せばすべし失敗に終る。短気を起こすとすべ一家協力して事。短気は運運の好転も望める。 昭8・17・26・35・44・53・62 平17・26 令5	五黄土星 本月は中宮星とは相性、何事も思い通りに進行の事も望まれず。信用も出来ず運気も上昇に見るが、本来の高慢、情が家庭を迷してしめる。身を保つに足らず。他人の事を計り自惚れる事増え上に向に相違の上、独断自禁し断れは盛運に向う。 昭7・16・25・34・43・52・61 平7・16・25 令4	六白金星 本月は一巡して八方塞りの衰運。何事か自由にならず、他よりの苦痛ばかり。新規の手出しせず旧態を固(守)り、焦り迷いを押さえて家内を痛める事なく、心から円満を計り親睦に正道を踏み進む。西に向って努力が必要。 昭6・15・24・33・42・51・60 平15・24 令3
七赤金星 本月は中宮星、和気星とは相性なるも本命星一度中へ入る。運運の多い月。本命星を急進に成らず、足踏みして家内友人と心を深め、善業に誠意を待とて前進すれば運も開け、援助者も西方より現われ、神祐も望める。 昭5・14・23・32・41・50・59 平14・23 令2	八白土星 本月は中宮星と相性、退気吉月なるも本命星一度中へ入る。急進、合坐運運。安心して方針も建てられ、金銭上の悦びもあり、依頼心を持って彼を待て失う。力強く進む心構えが大切。悦び事も多い、大さく成果も得られる。 昭4・13・22・31・40・49・58 平13・22 令1	九紫火星 本月は中宮星に入り多難なる月。何事にも心算を怠らず、足元を固めしめて他人の言葉に要注意。業務上の行き過ぎもあり、軽率を慎み危険を押さえて新規の事を進め、時機の到来を待つとよい。病気、交通事故に注意せず。 昭3・12・21・30・39・48・57 平3・12・21 令0

タウン川柳



- ◎こたつねこ
ペランダにハト まあいいか
(住吉区万代 杉井 昌勝)
- ◎裏金で
政権ゆらぐ 自民党
(住吉区長居西 石田 英之)
- ◎冬なのに
ポカポカ陽気 春が来た
(住吉区長居西 橋田 百喜)
- ◎日々励み
眠り休んで よく食べる
(住吉区長居西 加藤 貴之)
- ◎花をめ
一献やりたいと 月をめ
(住吉区大領 江戸 公美)
- ◎春・秋も
年々短かく 風情かく
◎今年の
元気の素は スポーツだア!
(住吉区長居東 諫山 みどり)
- ◎シクラメン
布施明の歌 人気花
◎つるし柿
部屋中吊るす 時代かな
◎宝塚
夢託す乙女 夢毀れ
◎トットちゃん
楽しみしてる 映画化を
◎歌の歌詞
人生いろいろ そつ思える
◎MVP
大谷選手 おめでどう
(住吉区我孫子 石方 純子)
- ◎模様替え
仲よき二人 肩ならべ
◎訪れた
我が家の春は コウノトリ
◎六月に
漬けた梅酒 まだ飲めず
◎ポカポカよ
足温もりし ゆたんぼよ
(住吉区我孫子 高橋 つや子)
- ◎民衆え
娘皮衣の 北朝鮮
◎政治家が
濡れ手に粟とは この事が
◎政治丸
裏金池に 浮いていた
◎民は税
我等還流 えへへのへ
◎『精査』の
何を今更 ばれてんの!
◎キックした
金のゴールは 懐へ
◎使ってた
どうして返そつ バック金
(住吉区我孫子 海月)



「肩が凝る、腰が痛む、足が重たい感じがする、膝が曲がり、歩行時に足が滑り出す感じがする、痛みやしびれなどがある。これらはすべて、背骨の神経が一本づつ木の枝のように出ています。これらの神経は全て腰から足の先の方へ伸びていきます。みなさん御存じのように神経のはたらきは、痛みを伝えることですが、もう一つのこと大事な仕事をしてしています。それは、血管を閉じたり開いたりして血液の流れを調節することです。そして、腰の骨が変型したり、椎間板ヘルニア（骨と骨の間にある椎間板というクッションみたいなものがへちまやばねはみ出してくっつくもの）で圧迫されたりすると、足へ伸びていく神経を痛めながら足への血液の流れが悪くなります。」

正座をしたときのことを思い出してみてください。少しだけ

お尻、太もも、ふくらはぎ
足の痛みやしびれと
ペインクリニックス

と重だるくなり、もつとするとしびれ、そして最後には痛くなります。これは膝を曲げることによって膝から下へ血液がうまくいかなくなつてしまふからで、おなじ事が腰から伸

と重だるさになり、も
っとするとしびれ、
そして最後には痛く
なります。これは膝
を曲げると下血がよ
うまうまになくなっ
てしまふからです。
おなじ事が腰から伸
びる神経が痛めら
れることによっても
起るのです。

このような症状に
対しては、ペインクリ
ックでは、神経プロ
ック治療し、血管
を開くことによつて
血液のめぐりが悪く
なつて弱てている筋
肉や神経に栄養を与
え、痛みやしびれを
取ります。

雨が降らずに枯れ
かけているお花を想



像してみて下さい。十分なお水をあげれば、まだお気にきれいな花を咲かせます。

もし、お尻や足が痛くて外かかと思うように汗が出て来ます困っていらっしゃるのなら、一度ペインクリニックにご相談下さい。痛んでいられる血液のめぐりをよくしてあげれば、お水をもらってきれいに咲いた花のように、また楽に歩くことができるようになるかも知れません。



政権党の最大派閥の安倍派がキックバックした」と話題になった！と話題になっていますが他の派閥の議員も当然キックバックはしているでしょうし「何時バレるかも知れない」と戦々恐々としている事ですし。自民党ばかりがうろたえておりますが、野党だって賄賂が出るかも知れませんが、我々国民は、所得に応じて課税され、1円たりとでもまけてはみえず困っているのに、万億の単位の金といとも簡単に懐にすい入るなんて俗な言い方をすると(俗な言い方ではない)許しがたがない事です。馬鹿野郎」と言いたいですね。

忘れることもないこと
 ともあります。
 住吉区殿辻
 上野 雪

免許更新
 車の運転が大好きな私は2種免許を持っています。また、今日免許の更新に警察署に行きます。免許を取得して61年ずつと乗り続けております。今年10月にはタクシの運転手を辞職しました。
 住吉区長居西
 高木 葉子

はや20年
 娘が生まれた時に「住吉タウン」に載せていただいで、あつという間に20年。この1月に成人式を迎えます。これからも楽しく住吉区でがんばっていきます。ありがとうございます。
 住吉区浅香
 川口 知恵

母のことば
 子供の頃、母は時々人にお金が儲かるよと言う話は嘘やからね「仲の良い人であつてもお金の貸し借りはしてはダメいずれ離れる事になるから」と聞かされてきました。たが20代の頃友達がた投資をしないか

東住吉区田辺
濱田 修子

忘れずにお申し込みください。ともあります。

住吉区殿社
上野 雪

免許更新

車の運転が大好きな私は2種免許を持っています。また今日免許の更新に警察署に行きます。免許を取得して16年ずつと乗り続けております。今年10月にはタクシーの運転手を辞職しました。

住吉区長居西
高木 葉子

はや20年

娘が生まれた時に「住吉タウン」に載せていただいて、あつという間に20年。この1月に成人式を迎えます。これから楽しく住吉区でがんばっていきます。ありがとうございます。

住吉区浅香
川口 知恵

母のことば

儲かると言われ、たがハツと断りました。昨今、金にまつわつた詐欺に引つかかる言葉が『聖書』の話を聞きながら、話に金の儲けはなかなかにない、良し話には注意です。電話の言葉は用心と母の言葉を思い出す昨今です。

このから七十年前頃
東吉区照ヶ丘天田山端 麗子

息子たちはテスト
ハロウィンが終わると街はクリスマスムードになり、なんとなくわくわくする季節だ、中学生、高校生の息子たち、是期末テスト勉強も大変な時期だし、テストも少しくして終わり。楽しい冬休みが迎えられよう！と頑張れ！のエネルギーを送ります。
住吉区長居 幸田 寿枝

おもち
12月に入ると店頭のおもちが目行きます。今年はどんなおもちが出て来るのかな。お正月はよく、食べ過ぎに注意


 ほったらかしで
 美味しいメイン料理♡

鶏肉のんにく醤油煮



【材料】
 鶏もも肉 大1枚
 しめじ 80ml
 青ネギ 大さじ2
【調味料㊤】 大さじ1
 酒 1かけ
 醤油
 砂糖
 にんにく

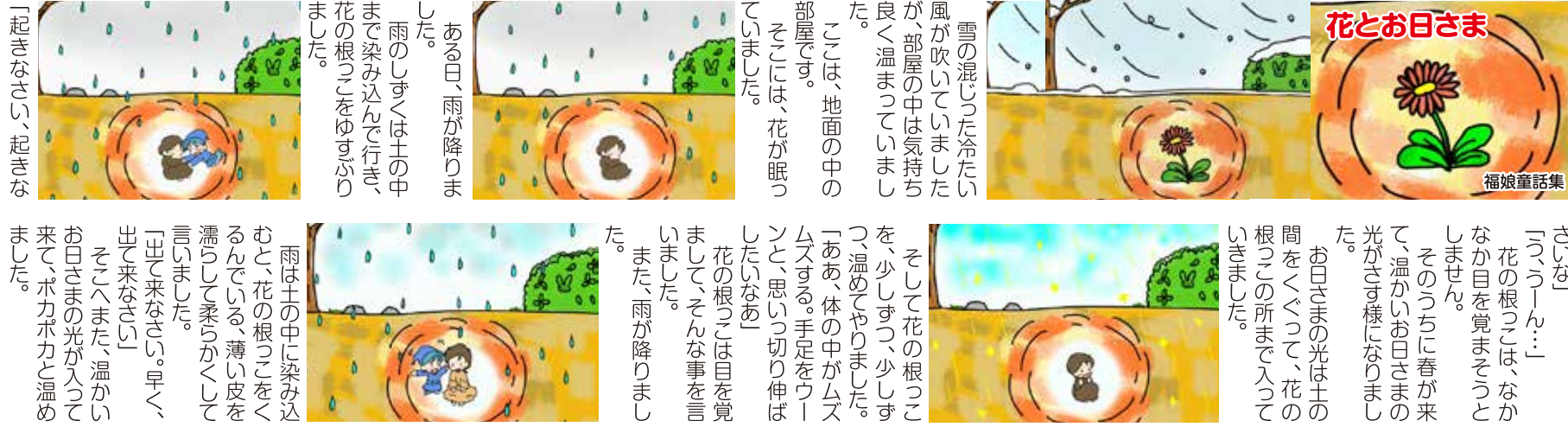
【作り方】
 ①小鍋に調味料㊤を入れ鶏肉の皮目を下にして中火にかける。煮たったらフタを少しずらし、弱目の中火で15分煮る。(途中、鍋の隙間にお好きな野菜を入れる)
 ②火を止めてから、そのまま5分置き、食べやすい大きさに切る。

包まないロールキャベツ



【材料】
 キャベツ
 しめじ・ズッキーニ
【肉ダネ材料】
 合挽きミンチ 300g
 玉ねぎ 1/2個
 卵 1個
 パン粉 20g
 牛乳 大さじ2
 塩・胡椒 少々
【トマトソースの素】
 カットトマト缶 1缶
 水 200cc
 酒 大さじ2
 コンソメ 大さじ1
 砂糖 大さじ1
 醤油 大さじ1
 クチャップ 小さじ1
 あればローリエ 大さじ2
 1枚

【作り方】
 ①キャベツはざく切り、しめじはほぐしズッキーニは少し厚めにカット
 ②ボウルに肉ダネ材料を入れもみ混ぜてお好みの形に形成する。トマトソースの素を混ぜて作っておく
 ③深めの鍋にキャベツ、しめじ、8等分した肉ダネマトソースの素(あればローリエ)を重ねて、フタをして中火にかける。
 ④沸騰したら中弱火にして、ズッキーニを入れて20分ほど煮込む。
 ⑤味見して、塩・胡椒で整えたら完成!お好みで粉チーズやパセリなどトッピング



Angel Town

何度でも
応募
OKです

お子様の 写真大募集

上記QRコードを読み取るか下記
メールアドレスより応募ください

townshinbunsha@ybb.ne.jp

【応募方法】画像を添付の上、お子様の名前、読みがな、生年月日、撮影時の年齢、性別を書いて送って下さい。投稿された方のお名前、ご住所、電話番号も忘れずに。コメントはお子さんのチャームポイントなど自由に書いてお送り下さい。
タウン新聞株式会社「エンジェルタウン係」

城間 葵生 おおくん

2022年6月24日生まれ
撮影時：9ヶ月

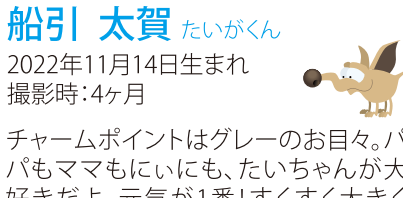
よく飲みよく食べおうちではみんなの後を追ってはシクシクメッソ。抱っこ抱っここの抱っこマン。保育園では全く泣かずにお留守番頑張ってますー!!
ちなみはに僕のお兄ちゃんもエンジェルタウンに掲載されたんだよね!



船引 太賀 たいがくん

2022年11月14日生まれ
撮影時：4ヶ月

チャームポイントはグレーのお目々。パパもママもにいに、たいちゃんが大好きだよ。元気が1番! すくすく大きく育ってね!



三井 千隼 ちはやくん

2022年6月12日生まれ
撮影時：10ヶ月

チャームポイントはかわいいおめめ! 家族の癒し担当です! これからもたくさん笑って大きくなってね!



**書店員さんが
奨める
ぜひ読んで
ほしい本**

この本の取扱いは
**喜久屋書店
阿倍野店**
☎06-6634-8606
大阪市阿倍野区阿倍野筋1-5-31
あべのアポロビル2F
【営業時間】10:00～21:00(不定休)
■漫画館：ルシアスビル2F ☎6634-8607
■子ども館：ルシアスビル2F ☎6634-8139



どうさんのおてがみ
原作 飯島 敏子／文・絵 いもと ようこ
ひかりのくに 1,540円(税込)



否定しない習慣
著 林 健太郎
フォレスト出版 1,650円(税込)

字が書けない子どものどうの元に男の子からお手紙がきました。飼育員のお兄さんに手伝ってもらい字の練習をしてお返事を書くことに。とっても優しい物語なので寒い冬におすすめ!!絵本で読み終わる頃には、きっと心がぽかぽかしているはずです。



すべての見えない光
著 アンソニー・ドーア／訳 藤井 光
早川書房 2,970円(税込)

天才的な工学の技術を買われてドイツ軍に従軍することになったヴェルナー。ドイツ軍が迫るパリから逃れる盲目の少女マリー＝ロール。決して交わるはずのないふたりが「見えない光」に導かれるようにつながっていく。ピュリッツァー賞受賞の大傑作です。