

災害救援情報

最大震度7を観測した能登半島地震で亡くなられた方へお悔やみ申し上げます。また、被災された全ての方にお見舞い申し上げます。

寒い中で、救援活動や復興を願い被災者にエールを送る活動は続いています。しかし現実があります。多くの方が避難所での生活を余儀なくされ、また、災害時に必ず興る不適切な情報。今回は、①情報は発信元を確かめる②健康を保つ口腔ケアを紹介します。

情報は発信元を確かめよう

- 広域な情報はTV・ラジオ
- 地域情報はケーブルTV・ラジオコミュニティFMが参考になります。

健康を欠かせないための口腔ケア

口腔を清潔に保つことで、感染症の原因になる細菌が体内への侵入を食い止める。特に免疫が低下している高齢者は、口腔環境が清潔でないと細菌が増殖し、結果的に肺炎を起こすなど様々な病気の悪化に繋がっていきます。

災害時は水が貴重です。少量の水で歯磨きできることを知っておきましょう。

- ①30mlほどの水で歯磨き
- ②歯ブラシの汚れはティッシュペーパーで拭き取る
- ③コップの水で濯ぐ
- ◇歯ブラシがない場合
 - ①食後に30mlの水やお茶でうがいをする
 - ②ハンカチなどを指に巻いて歯を拭う(汚れを取るだけでも効果あり)
- ◇入れ歯洗浄
 - ①入れ歯は1日1度は外して洗浄する
 - ②洗浄剤がない場合は除菌ティッシュで拭く
 - ③針金部分は歯ブラシ・綿棒で清掃する



映画会

「老後の資金がありません!」

人生100年時代、老後資金に200万円が足りない! 現代日本が抱えるお金の問題に普通のお金が立ち向かう!! (115分)

【主演】天海祐希 出 演 草野信子 松重豊

【監督】前田哲

【日時】4月28日(日)

【会場】平野区画整理記念会館1階ホール

【対象】どなたでも

【定員】各回200名(先着順)

【料金】550円(税込)

【申込方法】前売り券は会館窓口かチケットぴあにて

【お問合せ先】平野区画整理記念会館 6702-0513(月・火・祝日 休館) https://kinen100.wixsite.com/kinen Twitter@kukaku58

HIRANO information

第218回 うちの奇席

個性豊かな5人の落語会!

【出演者(出演順)】 笑福亭 飛梅 桂 春若

【日時】3月14日(木) 13時30分

【会場】平野区画整理記念会館1階ホール

【対象】どなたでも

【定員】300名(先着順)

【料金】1100円(税込)

【申込方法】前売り券は会館窓口かチケットぴあにて

【お問合せ先】平野区画整理記念会館 6702-0513

T's Kitchen

ビタミンをチャージできるので女性には嬉しい♡

ホワイトデイにいかが...

グリーンサラダ

【材料】海老 3尾、アボガド 1個、ペリーリーフ 2分1袋、ミニトマト 3個

【調味料】胡椒 少々、酒 少々、片栗粉 少々、バルサミコンコース 大さじ1、蜂蜜 小さじ1

【作り方】①海老は皮をむき背から切り酒を振りかけ臭みを取り流水。片栗粉をふりかけオーブンオイルでソテーする。②アボガドをスライスし皿に円を描くように盛り真ん中にペリーリーフとミニトマトをあしらいつつ①を飾る。③【ソース】フライパンにバルサミコンコースと蜂蜜を加え煮る。

カップオードブル

【材料】サンドイッチ用食パン 3枚、ブロッコリー 3本、海老 6尾、にんにく 1欠片

【調味料】オリーブオイル 少々、牡蠣醤油 少々

【作り方】①食パンの耳を切りオリーブオイルを塗る。四隅に少し飾り包丁を入れプリンカップに詰めて3分トーストする。②海老は背から切り酒で臭みを取り流水。③ブロッコリー1分間レンジでチーン。④フライパンにオリーブオイル、にんにくのみじん切り・海老・ブロッコリーをソテーする。仕上げに牡蠣醤油をかける。⑤①の食パンに④をトッピングして完成。

「金曜ロードショー」とジブリ展「京都展」

あなたの「初めて」の映画は金曜ロードショーで見たことありますか?

昭和平成令和と「映画」と私たちをつないできた「金曜ロードショー」。

公開年に関わらず名画と出会うことができた時間。知らなかった世界に初めて出会う時間。

そんな番組が始まった1985年(昭和60年)は、スタジオジブリがスタジオ開き「をした年でもありません」。

本展ではその1985年を起点に、「金曜ロードショー」の歩みを辿りながら、スタジオジブリ作品の魅力を紹介いたします。

【展覧会】金曜ロードショーとジブリ展 京都展

【会期】令和6年4月12日(金)～6月29日(土)

【開館時間】10時～18時

※最終入場は17時15分

【休館日】月曜日

※本券の変更・払戻・再発行・転売不可。※未就学児は入場無料。※障害者手帳等をご提示の方は本人及び介護者1名無料。※中学生・高校生の方は、入場の際に学生証をご提示ください。※チケット料金は全て税込価格。

【観覧料】※ただし祝日の場合は開館日時指定券 ※30分区分の日時指定

【大人】1800円

【高校生】1500円

【小学生】1000円

※本券の変更・払戻・再発行・転売不可。※未就学児は入場無料。※障害者手帳等をご提示の方は本人及び介護者1名無料。※中学生・高校生の方は、入場の際に学生証をご提示ください。※チケット料金は全て税込価格。

【お問合せ】京都市セラ美術館 43075-7711、43334

【展覧会公式HP】https://kinoghibli.com/kyoto/

徳川美術館展 尾張徳川家の至宝

徳川家康の九男・義直(1600～50)によって創始された尾張徳川家は、名古屋を居城とした大名で、紀伊徳川家・水戸徳川家とともに御三家の一つに数えられていました。徳川美術館は、その尾張徳川家に伝えられた大名道具を有しており、その所蔵品は家康の遺品「駿府御分物」をはじめ、歴代当主や将軍家光の長女千代姫が尾張徳川家に嫁ぐ際に持参した国宝「初音の調度」という同館コレクションの精華といえます。

【展覧会】徳川美術館展 尾張徳川家の至宝

【会期】令和6年4月27日(土)～6月23日(日)

【開館時間】10時～18時

※入館は閉館30分前まで

【休館日】5月7日(火)、5月27日(月)

【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16F

【お問合せ】あべのハルカス美術館 06-4339-9050

【美術公式HP】https://www.aahm.jp/

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 平野タウン3月号「金曜ロードショーとジブリ展」係までご応募ください。■締切:3月5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。

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 平野タウン3月号「徳川美術館展」係までご応募ください。■締切:3月5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。

関西テレビ 「よ〜いドン!」おすすめ3のコーナーで お土産プロデューサーが絶賛!!

元祖ししゃもきくらげ 賞味期限180日 内容量190g

594円(税込) 特別送料370円(税込)

初回限定 特別特典

3個以上お買い上げで さらには5個以上お買い上げで 送料無料で

【お申し込みは今すぐお電話で!!】 ●受付 / 平日9:00～17:00(土日祝休み)

☎050-1868-5777

丸虎食品工業株式会社

〒761-4422 香川県小豆郡小豆島町古江甲81

まさかの年明け

大変な年明けでした。まさかのまさか、人生が未来が希望が。でも人の力で少くとも光が射して来ていたように、ニューズが離れた場所から他人事は思わす何かが出来る事とは日々もらひ泣きです。

平野区喜連西 山中 有里

復旧を願います

新年の幕開けは北陸地方の大地震で始まりたくさんの方が戻る家を失ひ、被災地で避難生活を過ごされていることに

平野区長吉原西 才田 康夫

ポケ防止と災害復興

乱文のおしやべりメールや川柳を投稿して左胸に骨が折れて酷く、痛さよりも恥ずかし、早く立ち上がり、早く立てず、そして中々男の方が手を差し出さず、又このたびの北陸地方の地震による災害で被災された方々の一日も早い復興を願っています。

平野区長吉原西 佐竹 末美

不幸中の幸い

1月3日イオンの所で自転車と接触して転倒し、痛さよりも恥ずかし、早く立ち上がり、早く立てず、そして中々男の方が手を差し出さず、又このたびの北陸地方の地震による災害で被災された方々の一日も早い復興を願っています。

平野区長吉原西 才田 康夫

2重の悲しみ

新しい年を迎え今年こそと胸をふくと、早々に平野区長吉原西 萩原 武子

広がる輪

自分の投稿が載ると先日記人がいよと声をかけてくれました。ちよと照れますが「平野タ

投票の重要性

投票率の低さは選挙として弱点を有する。有権者が権利を行使してこそ民意が反映される。消費

平野区長吉原西 溝脇 裕子

息子のチャイハン

新聞の切り抜きを準備しているから自分でチャイハンを作るといふ息子の声。オリイチャイハンを振り始めチャイハンが出来上がった。私

平野区長吉原西 小野塚 正

末長くお幸せに

1月22日付2月号に掲載された加美北の匿名希望望すんで便利になりましたね。もう何ヶ月も現金を使っています。

平野区加美正覚寺 笠原 緑

キャッシュレス

キャッシュレスがすすんで便利になりましたね。もう何ヶ月も現金を使っています。

平野区瓜破東 石垣 裕子

女子だけの新年会

新世界で女性ばかり6人で新年会をしました。串カツと生ビール最高！みんなオッサンになってました。

平野区喜連西 富山 治子

孫誕生

1月22日(月)入院3日目、帝王切開で3686gの大きな女の子が生まれ、母子ともに健康で「ホッとしました」。

平野区瓜破東 石垣 裕子

したい事がいっぱい

大学の試験(定期試験)が終わった。旅行・料理教室・ショッピング・バイトとやりたい事がいっぱいあるので頑張ろうと思います。

平野区長吉原西 荒瀬 すす

- 平野タウンはここにも置いてあります。
- A 平野図書館 平野東1-8-2
 - B クレオ大阪南 喜連西6-2-33
 - C コミュニティプラザ平野 長吉出戸5-3-58
 - D 平野区民ホール 平野南1-2-7
 - E 平野区役所 背戸口3-8-19
 - F クラフトパーク 長吉六反1-8-44
 - G SHOWTIME FITNESS 背戸口5-6-21
 - H スポーツクラブNAS平野 背戸口3-9-19
 - I 近鉄百貨店 阿倍野筋1-1-43

新築・リフォーム・リノベーション・DIY 木材・建築のあらゆることをご相談ください

大徳木材株式会社 大阪市東住吉区杭全2-10-13 TEL.06-6714-2474 携帯.090-3844-6736(福永)

0120-15-7804 鷹合2-16-13 営業時間/AM9:30~PM7:00

坂田医院 大阪府東住吉区 診療時間 月 火 水 木 金 土 日 夜

小児歯科ふじわら歯科 大阪市東住吉区 電話06-6696-7244

2024年2月1日 オープン予定!! 観覧料/無料 開館時間/9:00~ 大阪市平野区喜連西2丁目5番51号2F

不動産流通株式会社 東住吉店 平野区担当30年!!ひゃくたけまでTEL.06-4302-7280 大阪市東住吉区針中野2-11-5 FAX.06-4302-7281

生徒募集中 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 電話6791-8521

利用者さん募集 【就労継続支援B型】 ジョブタス 電話06-6797-3556

タウン川柳

間長そネギ卵に生姜の連続の中でホッと息子のマイチャーハンが作りました。今だけ、金だけ、自分だけが良ければという事、それが日本を大阪に引き上げてくれた。ちよと照れますが「平野タ

平野区長吉原西 溝脇 裕子

平野区長吉原西 才田 康夫

平野区長吉原西 萩原 武子

平野区長吉原西 小野塚 正

平野区長吉原西 富山 治子

平野区長吉原西 荒瀬 すす

平野区長吉原西 石垣 裕子

平野区長吉原西 笠原 緑

新しいお部屋で心機一転 新生活応援キャンペーン!!

カーペット・カーテン

創業1923年 ~インテリアショップ~ ナガオ

お買得価格で豊富な商品を一店でお買得!! 平野区流町3-19-6 1F(三菱UFJ銀行南東) 電話6701-2821(代) 駐車場有 営業時間/AM10:00~PM6:00 定休日/日曜日

平野図書館 便り

電話6793-0881

【日時】 3月9日(土) 午前10時30分~11時 (幼児・小学生向け) ※申込不要 当日先着順 定員30名

【日時】 3月8日(金) 午前10時10分~12時 午後1時30分~3時30分 ※未経験の方もどうぞ 事前申込制 当日先着順 定員30名

【日時】 3月27日(水) 午後2時~4時 ※ある程度読解経験のある方対象 事前申込制 当日先着順 定員30名

【日時】 3月27日(水) 午後2時~4時 ※ある程度読解経験のある方対象 事前申込制 当日先着順 定員30名

クロスワードパズル

A~Bのマスに入る文字を順に並べると、なんという言葉になるでしょう

クロスワードパズルの正解者の中から抽選で、「金券2000円分」を1名様プレゼント

★クイズの楽しみ方
クロスワードを解きA~Bのマスに入る文字を順に並べてできた言葉をハガキに書き、郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号をご記入の上、下記までお送り下さい。できれば、おしゃべりメールやタウン川柳も余白に書いて下さい。

★2月号のクロスワードの答えは、「ユキアカリ」でした。

★あて先/〒545-0023 大阪市阿倍野区王子町4-3-31 平野タウン3月号「クロスワード」係まで

※応募の締切りは3月5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。

タテのカギ

- 人を肩や首の辺りにまたがらせて担ぐこと。
- 全員から嫌われること。
- はいたりふいたりして、ごみやほこり、汚れなどを取り去ること。

ヨコのカギ

- 装置。からくり。「種も〇〇〇もない」
- 積み重なっているもの。重なり。「〇〇をなす」
- 丸太を井桁(いげた)状に組み上げてつくった建物。
- その時の商品としての価格。
- 外耳と中耳との境にあるほぼ円形の薄い膜。音波を受けて振動し、耳小骨、内耳へ伝える。

1	2		3		
			4		
5			A		
				6	
			B		
7					



首の骨は全部で七つあり、腰と同じで団子の串刺しのように並んでいます。そして、この

「あーそれそれ、五十肩や一ぼつといたらそのうち治るわね」と言われてませんか？これらの症状の原因の多くは首にあります。以前、腰の骨と神経のお話をした事がありますが、首も腰と同じような造りをして

首、肩、腕の痛みやしびれとペインクリニック

首、肩、腕の痛みやしびれとペインクリニック

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

坂田医院
大阪市東住吉区鷹合2-3-27
TEL.6692-3669



れ、痛みなどが出てくるわけですが、正座や腕枕をしていてしびれたときと理屈は同じです。以前お話しした腰の治療と基本的には同じで、お水が不足しておれかけた花に養分と水分を補給して、もう一度元気に咲かせるのと同じことだと思っていただいて良いと思います。

3月の運気 啓蟄3月6日~4月4日まで
命和六甲辰(閏)年本暦より
阿倍王子神社/安倍晴明神社
一白水星 二黒土星 三碧木星
四緑木星 五黄土星 六白金星
七赤金星 八白土星 九紫火星

TOWN 歳時記
ホワイトデー
売ったのが始まりとされています。これは具体的には、ホワイトデーの起源や由来とされている説を紹介しています。

書店員さんが奨める
ぜひ読んでほしい本
喜久屋書店
阿倍野店
06-6634-8606

しごとへの道
著 鈴木 のりたけ
プロダクション 1,480円(税込)

きみのお金は誰のため
著 田内 学
東洋経済新報社 1,650円(税込)

オッペンハイマー 上・中・下
著 カイバード/著 マーティン・J・シャウウィン
河津博 俊彦/監訳 山崎 詩郎
ハヤカワ文庫NF 各1,408円(税込)

みにくいアヒルの子
そのおぼろのしほひの中、二羽のアヒルの母さんが集まると、おたまごをあためてしま

アヒルの子は人目につかない場所を選んで眠り、起きたらまた逃げ続けた。アヒルの子は人目につかない場所を選んで眠り、起きたらまた逃げ続けた。

アヒルの子は人目につかない場所を選んで眠り、起きたらまた逃げ続けた。アヒルの子は人目につかない場所を選んで眠り、起きたらまた逃げ続けた。

人と人とのつながりを大切に...
Town News
Community newspaper

カウンターレディー大募集!!
まずはお気軽に体験から始めませんか?
時間 21:00~翌1:00の間で3時間~OK、週1回でもOK
時給 1,500円(日払い)

看護助手・診療補助 スタッフ大募集!!
未経験の方・ブランクのある方大歓迎!!
気配りと明るい笑顔で勤務が出来る方にぴったり♪
給与:時給1,064円~

ポスティングスタッフ大募集
住吉区・阿倍野区・東住吉区・平野区に弊社発行のタウン新聞を各家庭・企業・店舗にポスティングして頂くお仕事です。
各ポスティングエリアで配布部数が違いますので面接時にご相談の上、決めさせて頂きます。
まずは、お気軽に履歴書を右記住所までご郵送下さい。
★お問合せは06-6628-0003まで