



**今月の表紙**

みなさんの今年の抱負は何ですか？  
何かの目標を立てたり、今までとは違う新しいことにチャレンジしてみたり…

もしまだ何も決まっていらない人は、身体作りにチャレンジしてみませんか。適度な運動は健康的な生活に必要な不可欠。特に足腰を鍛えることは、転倒予防にもつながり、良いことづくめです。

寝屋川市は、これからもあらゆる施策に取り組みます。「動」きつづけるまちに期待してください！

特集

**2 選ばれています! 寝屋川市**

**4 ザ・シルバー・ストロング・ライフ~筋トレで切り拓く生活を~**

ヘッドライン

**8 成人式 ~新境地~**

**8 新型コロナワクチン接種情報**

**9 住民税非課税世帯への7万円給付**

フォトニュース

**35 フォトニュース**

- ◆振り込め詐欺に気をつけて、よいお年を
- ◆市内の介護施設が表彰
- ◆「辰」の竹細工づくり
- ◆採れたての地元野菜がズラリ!
- ◆今年の野菜の出来ばえは?
- ◆商店街ブランドを開発
- ◆秋の叙勲受章者
- ◆優秀な成績を収めた皆さん
- ◆碑 (いしづみ) 東寝屋川駅新設記念碑 (打上元町)



ひと物語

**38 ひと物語**

**警察官の経験をテーマに  
公募エッセーで最高賞**

本田美徳さん (61歳・石津南町)

- ◆新聞少年との思い出
- ◆きっかけは震災支援報告



ふるさとねやがわ

**39 ふるさとねやがわ**

寝屋川市出身

FCバサラムイツ会長 山下喬さん (39歳)

**「未来の日本代表育てたい」  
ドイツでサッカークラブ運営**

- ◆高校1年生で欧州遠征  
18歳で単身ドイツへ
- ◆プロ諦め指導者へ  
後輩との再会が転機に



インフォメーション

**12 子育て世帯生活支援特別給付金の申請は2月29日(木)まで**

**18 文化財防火デー消防訓練**

**18 市民税・府民税の申告**  
~提出は郵送で  
来庁には事前予約が必要です~

**21 イオンモール四條畷で  
乳がん検診を受けよう**

**23 ふらっとおしゃべりタイム  
(手芸編)**

**23 令和5年4月~12月分の  
給食費無償化の補助申請**

**25 寝屋川チャンピオンCup  
兼市民体育館まつり**

**28 春野恵子 浪曲独演会  
in アルカス**

地域で子育て

**32 地域で子育て**

- ◆ボディメイクピラティス
- ◆おしゃべり会 (子育て中のパパ)
- ◆鍼灸師による講座「おうちでできる  
歯ブラシ全身マッサージ」
- ◆わらべうたベビーマッサージ