■1面

広報　東住吉　なでしこ　7月号　2023年（令和5年）No.326

なっぴーが教える東住吉区のマメ知識

東住吉区に芥川賞作家が住んでいた!　2面へ

熱中症を予防しよう!

SDGs　3　すべての人に健康と福祉を

私たちは誰でしょう?　3面へ!

熱中症について詳しくは5面へ!

7月号のおもな内容

1・5面　熱中症を予防しよう!

2面　区内の夏祭り

6・7面　子育てマップ

区役所代表電話　電話06-4399-9986

発行元　東住吉区役所総務課

郵便番号546-8501　東住吉区東田辺1丁目13番4号

電話　06-4399-9683　FAX　06-6629-4533

●人口127,586人（男59,854人　女67,732人）

●世帯数63,963世帯（令和5年6月1日現在推計）

区役所ホームページ　www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/

1面フッター

毎週金曜日は19時まで窓口を延長しています。

取扱い業務は

①住民情報（2階　電話06-4399-9963）

②保険年金（2階　電話06-4399-9956）

③福祉（2階　電話06-4399-9857）

④市税の証明（2階　電話06-4399-9963）

です。

なお、7月23日（日）9:00〜17:30まで区役所を開庁し、①②の業務を行なっています。一部取扱いできない業務がございます。詳しくはお問合せください。

■2面

2面ヘッダー

1957年に『裸の王様』で芥川賞を受賞した小説家の開高健（かいこう たけし）さんは、東住吉区に住んでいたことがあるんだよ!　4面へ

区内の夏祭り　2023

・育和

育和だんじり夏祭り　7/1（土）・2（日）

育和おどり　8/4（金）・5（土）19:00～21:30　育和小学校

・田辺

田辺夏祭り　8/5（土）16:00～21:00　田辺中央会館前

・東田辺

東田辺子ども神輿　7/9（日）10:30～12:00　東田辺小学校～駒川商店街～駒川文化センター

東田辺サマーフェスティバル　7/22（土）16:00～20:30　東田辺小学校（運動場及び教室）

・南田辺

南田辺まつり　8/5（土）・6（日）16:00～21:00　南田辺小学校

・矢田西

矢田西ふれあい盆おどり　7/8（土）（予備日9（日））16:00～20:30　公園南小公園

矢田西ふれあい花火大会　7/29（土）（予備日30（日））17:30～20:00　矢田西小学校中運動場

・今川

今川納涼まつり　8/5（土）予備日8/6（日）17:00～22:00　今川公園グランド

・南百済

南百夏まつり　8/5（土）17:00～21:00　南百済小学校東運動場※会場に駐輪場はありません。

・鷹合

鷹合サマーフェスティバル　7/30（日）　第1部12:00～16:00　第2部20:00～　鷹合小学校

・矢田北

矢田北夜店と花火大会　8/19（土）18:00～20:00　矢田北小学校運動場

※6月19日現在の情報です。

問合せ　区民企画課　5階54番　電話　06-4399-9743　FAX　06-6629-4564

東住吉区区政会議委員を募集します!

対象　令和5年10月1日現在、満18歳以上の方で、区内在住・在勤・在学の方

募集人数　2名

任期　令和5年10月1日～令和7年9月30日

※会議は原則公開、平日夜間に開催します。報酬・交通費等の支給はございませんのでご了承ください。また、委員就任にあたり配慮が必要な事項がありましたらお申し出ください。

応募書類　応募用紙及び小論文

※詳しくは下の2次元コードまたは区役所5階53番窓口に設置している「東住吉区区政会議委員募集要項」をご覧ください。

選考方法　書類選考・面接選考により決定

申込受付　7月10日（月）～8月10日（木）17:30（必着）

問合せ　総務課　5階53番　電話　06-4399-9976　FAX　06-6629-4533

区政会議とは?

区政会議は、東住吉区区政会議開催要綱に基づき、地域団体・企業・公募の方など18名の委員で構成されています。委員全員が出席する本会議と、分野ごとに掘り下げて意見交換を行う3つの専門部会で構成されています。区政運営及び区が実施する事務事業についてご意見をいただき、区の施策などに適宜反映してまいります。

区長の部屋　SDGs11　住み続けられるまちづくりを

区長が地域を回ります!

防災の取組み（育和・矢田北・南田辺・矢田東地域）編

今年の梅雨入りは例年より随分早く5月29日頃でした。6月2日には線状降水帯による大和川の急激な水位上昇に緊張感をもって警戒しておりましたが事なきを得ました。大雨等による出水期を迎え、各地域の防災リーダーや水防団の皆さんに大変ご尽力いただいています。地域防災リーダー・女性防火クラブ合同研修会には防災体制強化に向けて多数の皆さんに参加いただき、私も一緒に学ばせていただきました。また、育和地域、矢田北地域、南田辺地域の防災訓練に参加させていただきました。各地域とも多くの住民の皆さんに参加いただいてとても有意義な訓練が実施されていました。企画運営にあたった防災リーダーや地域役員各位に心より敬意を表するしだいです。災害時の食生活と防災クッキングをテーマにした矢田東地域の防災リーダー研修では調理実習に楽しく参加させてもらいました。6月8日には大和川右岸水防団の訓練視察の機会を得てあらためて河川水防活動の重要さとご苦労を認識しました。

大雨や台風、地震などの自然災害で一人たりとも命を失うことがない強靭な地域にしなければなりません。個別避難計画を作るなどして、一人ひとりの備えもしっかりと進めてまいりましょう。区役所としても全力で取り組んでまいります。

2面フッター

広報東住吉「なでしこ」は78,000部発行し、1部あたりの発行単価（配布費用含）は約25.34円です。そのうち約2.56円を広告収入で賄っています。

■3面

お知らせ

後期高齢者医療制度の被保険者証と保険料決定通知書を送付します

【被保険者証について】

被保険者証（橙色）を7月下旬までに送付します。配達時に不在の場合は郵便局に保管され、お知らせが投函されます。7月中に届かない場合や郵便局の保管期限を過ぎた場合は、お問合せください。なお、現在の被保険者証（黄色）は8月から使用できなくなります。

【保険料決定通知書について】

保険料決定通知書を7月20日（木）頃に送付します。7月中に届かない場合はお問合せください。

問合せ　窓口サービス課（保険年金）　2階25番

電話　06-4399-9956　FAX　06-4399-9947

国民健康保険高齢受給者証を送付します

大阪市国民健康保険に加入の70～74歳の方に7月下旬までに新しい高齢受給者証を送付します。

現在の高齢受給者証は8月から使用できなくなります。7月中に届かない場合は、お問合せください。

問合せ　窓口サービス課（保険年金）　2階25番

電話　06-4399-9956　FAX　06-4399-9947

介護保険料決定通知書及び介護保険負担割合証を送付します

【介護保険料決定通知書について】

65歳以上の方（介護保険の第1号被保険者）で、年金からのお支払いにより保険料を納めていただいている方に、介護保険料決定通知書を7月中旬に送付します。

また、口座振替や納付書等で保険料を納めていただいている方には、4月に決定通知書を送付しましたが、保険料段階の変更や納付方法が年金からのお支払いに変更となる方には改めて送付します。

【介護保険負担割合証について】

要介護・要支援認定を受けている方及び総合事業の事業対象者の方全員に、令和5年8月から令和6年7月に介護サービス等を利用した際の自己負担割合（1割から3割）を記載した「介護保険負担割合証」を7月中旬に送付します。介護サービス等を利用する際に、「介護保険被保険者証」と併せてサービス提供事業者に提示をお願いします。

問合せ　保健福祉課（介護）　2階29番

電話　06-4399-9859　FAX　06-6629-4580

マイナンバーカード出張申請サポート会場を設けます

マイナンバーカード持ってたら便利やで!

予約不要　手ぶらでもOK　写真撮影無料!

会場　駒川商店街コマステーション（駒川4-9-16）　日時　1日（土）、8日（土）、9日（日）10:00～16:00

会場　東住吉会館2階会議室2（東田辺2-11-28）　日時　15日（土）、16日（日）、17日（月）11:00～17:00

1、会場での申し込み手続き

2、カード受取案内の通知書が自宅に届く

3、区役所に必要書類を持参し受け取り

※郵送でのカード受け取りはできません

問合せ　大阪市マイナンバーカード出張申請窓口サポート窓口

電話　050-3535-0200（9:00～17:30※年末年始を除く）

マイナンバーカードがあれば住民票・証明書がコンビニで取れます

毎日6:30から23:00まで、ご利用いただけます。

どこでも　全国どこでも最寄りのコンビニエンスストアで証明書が取得出来ます。

かんたんに　コンビニエンスストア店内に設置されているマルチコピー機より、簡単操作ですぐに取得出来ます。

しかもお安く　窓口よりも手数料が100円お得です。（戸籍全部（個人）事項証明書は除く）

問合せ　窓口サービス課（住民情報）　2階24番

電話　06-4399-9963　FAX　06-4399-9947

「リサイクル施設見学会」の参加者募集!!　無料

ペットボトル等が生まれかわる様子を見学し、リサイクルについて考えてみませんか。

日程　8月8日（火）9:50～16:30（予定）※雨天決行

集合　区役所付近（9:30受付開始）

場所　資源リサイクルセンター株式会社　松田商店（和歌山県和歌山市西河岸町46番地）

対象者　区内在住の方（小学校3年生以上。ただし小学生は保護者同伴に限ります）

定員　15名程度（応募多数の場合抽選）

申込　往復はがきに参加者全員の住所・氏名・年齢・代表者の電話番号を記入の上、

郵便番号546-0002　東住吉区杭全1-6-28　環境局　中部環境事業センター普及啓発担当へ

申込締切　7月20日（木）必着

問合せ　環境局　中部環境事業センター

電話　06-6714-6411　FAX　06-6714-7787

NTTドコモレッドハリケーンズ大阪の選手が区民アンバサダーに就任しました!

5月23日、東住吉区と連携協定を締結しているラグビーチーム、NTTドコモレッドハリケーンズ大阪の杉下主将・小村選手・髙井選手の区民アンバサダー就任式を行いました!今後、各種イベントへの出演や、区の広報活動を行っていただきます。

左からレッドハリーとトルちゃん、ネードちゃん

私たちはチームキャラクターです

問合せ　総務課（事業企画）　5階53番

電話　06-4399-9976　FAX　06-6629-4533

東住吉区　高校進学相談会　無料

大阪府内の公立・私立高校、専修学校50校以上が参加。各学校のブースでは個別に相談ができます。※参加校はホームページをご覧ください。

対象　中学3年生と生徒の保護者等

日時　8月6日（日）10:00～16:00

場所　区民ホール（区役所3階）

参加方法　学校から配付されるチラシまたはホームページをご確認ください

問合せ　東住吉区PTA協議会事務局

電話　080-6662-0501　FAX　06-6115-8260

高等学校等への進学向け奨学金等制度説明会　無料　要申込

各種奨学金制度の情報提供及び就学支援金等についての説明会です。参加には事前申込が必要です。説明会終了後は、個別相談会（予約不要）を実施します。※東住吉区高校進学相談会と同日開催

対象　中学3年生の保護者等

日時　8月6日（日）13:30～14:30

場所　健診室（区役所1階）

申込　7月27日（木）までに、電話・FAX・大阪市行政オンラインシステムのいずれかで事前申込※住所・氏名・電話番号・参加希望区（東住吉区）をお伝えください。

問合せ　大阪市教育委員会事務局　学校運営支援センター

電話　06-6115-7641　FAX　06-6115-8170

第73回東住吉区　社会を明るくする運動

7月は社会を明るくする運動強調月間です!

“社会を明るくする運動”は、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。

問合せ　区民企画課　5階54番　電話　06-4399-9970　FAX　06-6629-4564

3面フッター

国民年金基金のご案内

国民年金基金に加入しませんか?

国民年金に年金を上乗せする公的な制度です。掛金は、年末調整や確定申告の際、社会保険料として全額が所得から控除されます。また、受け取る年金にも税制面で優遇処置があります。なお、加入できる方には条件がありますので、詳しくはホームページをご確認ください。

問合せ　全国国民年金基金　近畿支部　電話　0120-65-4192

■4面

4面ヘッター

開高健（かいこう たけし）さんは1930年に天王寺区で生まれ、7歳の時に北田辺に転居。小・中・高校時代を北田辺で過ごします。　8面へ

施設・イベント

長居植物園（長居公園1-23）

問合せ　電話　06-6696-7117　FAX　06-6696-7405

長居植物園のMAKINO博　牧野博士のふるさと・高知県

いまざとライナーに乗って、「長居植物園のMAKINO博」に行こう!

いまざとライナーに乗ってMAKINO博を楽しんでいただいた方に限り、特別なプレゼントを用意しています。

引き換え方法　長居パークセンター内のスタッフに「いまざとライナーに乗ってきたよ!!」とお声かけください。（プレゼントは数に限りがございます）

日程　～12月27日（水）

時間　（3～10月）9:30～17:00（入園は16:30まで）

（11～2月）9:30～16:30（入園は16:00まで）

料金　200円（入園料）

東住吉区老人福祉センター（東田辺2-11-28）

問合せ　電話　06-6699-3000　FAX　06-6697-6686

大阪市立住まい情報センター「シニアのための片づけ講座」

日時　8月3日（木）13:30～15:00

場所　東住吉会館（大会議室）

講師　ライフオーガナイザー協会　吉本とも子氏

定員　40名

料金　無料

持ち物　筆記用具

申込　7月19日（水）10:00～15:00まで受付（抽選）

東住吉区社会福祉協議会（田辺2-10-18　さわやかセンター）

問合せ　電話　06-6622-6611　FAX　06-6622-8973

夏休み企画　ボランティア活動を体験しよう!

①視覚障がい者の方に声で情報を届けよう

②リサイクルテープで小物入れを作ろう

③手話・手話歌を学ぼう

日時　8月8日（火）10:00～12:00　14:00～16:00

対象　区内の小中学生

平野区画整理記念会館（中野2-7-16）

問合せ　電話　06-6702-0513　FAX　06-6702-0519

Kukakuフェスティバルフリーマーケット

日時　7月9日（日）10:00～17:00

場所　平野区画整理記念会館

料金　入場無料

東住吉図書館（東田辺2-11-28）

問合せ　電話　06-6699-7000　FAX　06-6699-3222

リサイクル工作教室　古紙で作ろう!おしゃれなエコバッグ

日時　8月5日（土）10:30～12:00

場所　東住吉会館大会議室（図書館と同じ建物の2階）

対象　どなたでも（10歳以下の子どもは保護者同伴）

定員　20名（先着順）

持ち物　大き目の紙（A3以上）2枚

申込　7月18日（火）から　来館または電話にて

田辺の模擬原爆展

「模擬原爆展」として、ゆかりのある物などを展示します。

日程　7月18日（火）～31日（月）

時間　（月）から（木）は9:00～17:30　（金）は9:00～19:00

場所　区民ギャラリー（区役所2階）

問合せ　区民企画課　5階54番

電話　06-4399-9970　FAX　06-6629-4564

「7.26田辺模擬原爆追悼のつどい」が開催されます。

日時　7月26日（水）9:00～

場所　恩楽寺(おんらくじ)　(田辺1-14-18)（大阪メトロ田辺駅から南へ徒歩5分）

問合せ　「7.26田辺の模擬原爆追悼式実行委員会」事務局（担当　吉村）

電話　090-8750-4961

東住吉区ソフトボール大会

日時　9月3日（日）　7:30～16:00

場所　平野白鷺公園運動場

種目　男子の部・女子の部

定員　1チーム（18名以内）区内在住・在勤の20歳以上の方※詳細は開催要項参照

料金　1チーム5,000円（参加費は抽選会当日に徴収）

申込　8月4日（金）までFAX、メールにて

東住吉区ソフトバレーボール大会

日時　9月10日（日）　9:30～16:00

場所　東住吉スポーツセンター

種目　一般・女子・ファミリー・シニア

定員　1チーム（4～8名以内）区内在住・在勤の12歳以上の方（小学生不可）※詳細は開催要項参照

料金　1チーム3,000円（参加費は抽選会当日に徴収）

申込　8月4日（金）までFAX、メールにて

※申込書・要項はホームページよりダウンロード可

（一財）大阪市コミュニティ協会　東住吉区支部協議会

郵便番号546-0031　田辺2-10-18「さわやかセンター」内

電話番号　080-6206-4154（業務用）

主催　東住吉区スポーツレクリエーション事業実行委員会

協力　（公財）大阪府柔道整復師会

田邊・ホタルの夕べ

7月22日（土）　19:30～21:00

田邊の町並みの中で、ホタル鑑賞を楽しんでもらいたいと「にんやか田邊」による「ホタルの夕べ」が今年も開催されます。

北田辺6丁目の阪本裕一さんは毎年自宅でホタルを育て、夏の期間中1万匹近くのホタルが成虫となり光を放ちます。夏の夜、灯ろうの明かりを頼りに夜の北田辺の町を散策し、阪本さん宅でホタルを鑑賞します。（雨でもホタルは見られるようにします。ホタル会場ではスタッフが誘導整理しますのでご協力ください。）

無料　申込不要

集合場所　田辺駅前クリニック前

見学場所　ホタルの家（阪本さん宅）

問合せ　にんやか田邊事務局（吉村）

電話　090-8750-4961

後援　東住吉区役所

広報東住吉「なでしこ」（令和5年11月号・令和６年1～４月号）広告追加募集を行います！

ホームページバナー広告は随時募集中！

募集枠　令和5年11月号・令和６年1～４月号

募集期間　７月10日（月）～25日（火）

申込み可能枠・条件等詳細はホームページをご確認ください

問合せ　総務課（広報）　5階53番　電話　06-4399-9683　FAX　06-6629-4533

移動図書館まちかど号　7月の巡回日

問合せ　中央図書館　自動車文庫　電話　06-6539-3305

日時　7/13・8/3（木）　14:25～15:00

場所　市営矢田部住宅中央公園（公園南矢田1-22）

日時　7/7・8/4（金）　10:25～11:15

場所　矢田東小学校東門（住道矢田2-7）

日時　7/1・8/5（土）　14:25～15:05

場所　サンヴァリエ針中野6号棟前（湯里3-2）

日時　7/15（土）　10:20～11:20

場所　中町会公園（杭全7-14）

日時　7/22（土）　11:25～12:05

場所　平野白鷺公園（今川6-7）

4面フッター

固定資産税・都市計画税（第2期分）の納期限は、7月31日（月）です。

問合せ

固定資産税（償却資産）については、船場法人市税事務所　固定資産税（償却資産）グループ　電話　06-4705-2941　FAX　06-4705-2905※問合せ可能日時（月）～（金）9:00～17:30

固定資産税・都市計画税（土地・家屋）については、あべの市税事務所固定資産税グループ　電話　06-4396-2957（土地）、2958（家屋）　FAX　06-4396-2905※問合せ可能日時（月）～（木）9:00～17:30　（金）9:00～19:00

■5面

健康情報　SDGs　3　すべての人に健康と福祉を

各種検診のお知らせ

各種検診・特定健康診査は取扱医療機関でも受診できます。今年度の受診機会を逃さないためにも医療機関での受診をお勧めします。

検診名　大腸がん検診

対象者　40歳以上の方

料金　300円

とき　9月22日（金）　9:30〜10:30

ところ　検診室（区役所1階）

予約　要予約（抽選）

申込期間　7月11日（火）から7月18日（火）　9:00～17:30（電話、来庁は土日祝除く）

申込方法　電話、来庁、大阪市行政オンラインシステム

電話　06-4399-9882

来庁　保健福祉課（健診）　1階13番

大阪市行政オンラインシステムは事前登録が必要です。申込受付メール送付後に抽せん番号をお知らせします。

抽せん　7月19日（水）に抽せんを実施し、7月21日（金）にホームページ等でお知らせします。

検診名　肺がん検診

対象者　40歳以上の方

料金　無料

とき　9月22日（金）　9:30〜10:30

ところ　検診室（区役所1階）

予約　要予約（抽選）

申込期間　7月11日（火）から7月18日（火）　9:00～17:30（電話、来庁は土日祝除く）

申込方法　電話、来庁、大阪市行政オンラインシステム

電話　06-4399-9882

来庁　保健福祉課（健診）　1階13番

大阪市行政オンラインシステムは事前登録が必要です。申込受付メール送付後に抽せん番号をお知らせします。

抽せん　7月19日（水）に抽せんを実施し、7月21日（金）にホームページ等でお知らせします。

検診名　乳がん検診（マンモグラフィ検査）

対象者　40歳以上の女性

料金　1,500円

とき　9月22日（金）　18:30〜19:30

ところ　検診室（区役所1階）

予約　要予約（抽選）

申込期間　7月11日（火）から7月18日（火）　9:00～17:30（電話、来庁は土日祝除く）

申込方法　電話、来庁、大阪市行政オンラインシステム

電話　06-4399-9882

来庁　保健福祉課（健診）　1階13番

大阪市行政オンラインシステムは事前登録が必要です。申込受付メール送付後に抽せん番号をお知らせします。

抽せん　7月19日（水）に抽せんを実施し、7月21日（金）にホームページ等でお知らせします。

検診名　骨粗しょう症検診

対象者　18歳以上の方

料金　無料

とき　9月22日（金）　18:30〜19:30

ところ　検診室（区役所1階）

予約　要予約（抽選）

申込期間　7月11日（火）から7月18日（火）　9:00～17:30（電話、来庁は土日祝除く）

申込方法　電話、来庁、大阪市行政オンラインシステム

電話　06-4399-9882

来庁　保健福祉課（健診）　1階13番

大阪市行政オンラインシステムは事前登録が必要です。申込受付メール送付後に抽せん番号をお知らせします。

抽せん　7月19日（水）に抽せんを実施し、7月21日（金）にホームページ等でお知らせします。

検診名　結核健診（胸部エックス線撮影）

対象者　職場や学校等で受診する機会がない15歳以上の方

料金　無料

とき　7月31日（月）　10:00〜11:00

ところ　エックス線室（区役所2階）

予約　不要

検診名　歯科健康相談

対象者　年齢は問いません

料金　無料

とき　7月20日（木）　9:30〜10:30

ところ　検診室（区役所1階）

予約　不要

特定健康診査（高血圧症や糖尿病などの生活習慣病予防）

無料　予約不要

■とき　7月9日（日）　9:30～11:00受付

■ところ　区役所3階　会議室

■対象者　大阪市国民健康保険（40歳以上）または、後期高齢者医療保険に加入されている方

■持ち物　受診券、被保険者証、特定健康診査個人票（大阪市国民健康保険に加入の方）

●各種検診・特定健康診査では手話通訳を配置できる場合があります。（事前申込必要）

●各種健診（検診）は、台風等で中止になることがあります。

●料金免除の制度があります。詳しくはお問合せください。

●結核健診の結果は、精密検査が必要な方のみに連絡します。

問合せ　保健福祉課（健診）　1階13番　電話　06-4399-9882

セアカゴケグモにご注意を!

セアカゴケグモを見つけた場合は決して素手では触らず、駆除の際はクモやクモの卵のうを靴などで踏みつぶすか、市販の殺虫剤を使用しましょう。

問合せ　保健福祉課（生活環境）　1階15番

電話　06-4399-9973　FAX　06-6629-1265

食中毒に注意しましょう!　7月は食中毒予防月間

食中毒は、7月から9月にかけて多発する傾向にあり、飲食店などの外食だけでなくご家庭でも発生します。

食中毒を予防するために・・・

食中毒予防の3原則

食中毒菌を

・つけない（清潔）

・増やさない（迅速処理・温度管理）

・やっつける（加熱）

【ご家庭でできる食中毒予防の6つのポイント】

➀食品の購入時、鮮度や期限表示を確認しましょう。

➁冷蔵庫は詰め過ぎに注意し、温度管理（冷蔵10℃以下、冷凍-15℃以下）を徹底しましょう。

➂こまめに手指、調理器具などを洗浄・消毒しましょう。特に生の肉、魚、卵の取扱い後は速やかに行いましょう。

➃調理は素早く、加熱は十分にしましょう。

➄調理が終われば、できるだけ早いうちに食べましょう。

➅残った食品は速やかに冷却して冷蔵（冷凍）保存し、食べる際は十分な再加熱をしましょう。

問合せ　保健福祉課（生活環境）1階15番

電話　06-4399-9973　FAX　06-6629-1265

熱中症を予防しよう!　SDGs　3　すべての人に健康と福祉を

熱中症は、暑い場所で体の水分と塩分のバランスが崩れたり、体の調節機能が正常に働かなくなることで発症します。

例年、梅雨明けからお盆の期間には、熱中症の症状で救急搬送される方が急増します。高齢者や小児は熱中症になりやすく、特に注意が必要です。

症状　めまい・頭痛・筋肉の硬直・吐き気・全身のだるさ・意識障害・けいれん等

日常生活での予防

●涼しい場所に移動しましょう

●のどの渇きを感じる前に、こまめに水分補給をしましょう

●無理な節電はせず、適度にエアコン・扇風機を使用しましょう

●暑さに備えた体づくりと日ごろの健康管理をしましょう

問合せ　保健福祉課（健康づくり）　1階14番

電話　06-4399-9968　FAX　06-6629-1265

東住吉消防署　電話　06-6691-0119

防犯・防災

東住吉警察署からのお知らせ

問合せ　電話　06-6697-1234

夏休みの子供の犯罪被害防止について

夏休みの時期は、SNSやオンラインゲームの利用等による子どもの犯罪被害が増加する傾向にあります。

保護者の方は、お子さんの携帯電話機やゲーム機にフィルタリングを設定し、犯罪被害から守ると共に、子どもたちに次のことを注意しましょう。

・人を傷つける書き込みをしない

・知らない人に自分の情報を教えない

・自分や友達の写真を送らない

・SNS上で知り合った人とは絶対に会わない

・トラブルとなったときは、一人で悩まず大人に相談する

5面フッター

酒害教室のご案内

あなたはお酒の問題で悩んでいませんか?一人だけで、家族だけで抱え込まず、ぜひ教室にご参加ください。支援者の方もぜひご参加ください。

日程　毎月第1・3木曜日14:00～16:00

場所　　検診室（区役所1階）

問合せ　保健福祉課（健康づくり）　1階14番

電話　06-4399-9968　FAX　06-6629-1265

■6面

東住吉区保存版　子育てマップ

SDGs　3　すべての人に健康と福祉を　4　質の高い教育をみんなに　16　平和と公正をすべての人に

保育所・保育園

1　矢田教育の森保育所（病後児保育実施）　住所　矢田5-2-12　電話　06-6692-0053

2　矢田北保育園　住所　照ケ丘矢田2-17-4　電話　06-6702-2610

3　矢田第3保育所　住所　矢田2-11-18　電話　06-6699-9869

4　鷹合保育所（休日保育実施）　住所　鷹合1-5-16　電話　06-6696-3891

5　東田辺コティ保育園　住所　東田辺3-16-5　電話　06-6692-1900

6　今川学園　住所　今川3-5-8　電話　06-6713-0277

7　太陽保育園　住所　鷹合2-11-25　電話　06-6692-1625

8　育和白鷺学園　住所　杭全3-9-17　電話　06-6719-2697

9　育和白鷺学園今林園　住所　今林2-11-6　電話　06-6754-2897

10　北田辺保育園　住所　北田辺3-6-23　電話　06-6713-0915

11　天宗東住吉園　住所　住道矢田2-12-21　電話　06-6797-0700

12　めばえ保育園　住所　西今川1-6-2　電話　06-6713-1558

13　第2めばえ保育園（一時預かり実施）　住所　西今川1-5-28　電話　06-6713-1558

14　めぐむ保育園　住所　山坂1-3-14　電話　06-6629-6755

15　駒川中野駅前保育園　住所　駒川3-22-19　電話　06-6629-6755※14が本園

16　新生保育園　住所　南田辺3-4-26　電話　06-6696-5525

17　城南学園保育園　住所　照ケ丘矢田2-23-13　電話　06-6702-9260

小規模保育施設　入所可能年齢は0～2歳です。

1　ひよこルーム　住所　南田辺3-4-8　電話　06-6696-5525

2　すまいる保育園　杭全　住所　杭全1-16-4カサコルベ2階　電話　06-6796-7367

3　アップル保育園　東住吉　住所　中野3-6-15サンソレイユ中野2階　電話　06-6797-1170

4　アップル保育園　東田辺　住所　東田辺1-13-4　電話　06-4399-1170

5　アップル保育園　中野　住所　中野3-6-15サンソレイユ中野1階　電話　06-6769-1170

6　こまがわ太陽保育園　住所　駒川5-4-11　電話　06-7162-0842

7　ニチイキッズ東住吉保育園　住所　湯里5-19-9ルミナス湯里1階　電話　06-6770-5191

8　育和学園小規模保育園　住所　今川4-7-22　電話　06-6708-3660

9　あいびすきっず北田辺保育園　住所　北田辺4-22-5ゼクス北田辺1階　電話　06-6714-5505

私立幼稚園

1　第二すみれ幼稚園　住所　杭全2-11-23　電話　06-6713-0431

2　田辺幼稚園　住所　山坂1-19-24　電話　06-6622-1788

3　城南学園幼稚園　住所　湯里6-4-26　電話　06-6702-5200

4　平和幼稚園　住所　田辺4-13-9　電話　06-6621-8838

5　大阪芸術大学附属照ケ丘幼稚園　住所　矢田2-18-16　電話　06-6697-1437

認定こども園

1　育和学園幼稚園（一時預かり実施）　住所　西今川1-19-2　電話　06-6713-0552

2　育和学園生長幼稚園　住所　山坂4-16-16　電話　06-6692-3204

3　今川幼稚園　住所　田辺6-6-13　電話　06-6622-3897

4　勝山愛和第四幼稚園　住所　桑津5-15-1　電話　06-6714-1455

5　さつき幼稚園　住所　西今川2-4-12　電話　06-6702-3780

6　プール幼稚園　住所　矢田3-2-18　電話　06-6698-7700

7　湯里保育園（一時預かり実施）　住所　中野4-14-6　電話　06-6705-0595

8　二葉幼稚園　住所　北田辺6-14-26　電話　06-6622-1571

9　中野幼稚園　住所　湯里1-13-6　電話　06-6702-0032

児童いきいき放課後事業

1　育和小学校「いきいき」　住所　杭全4-10-12　電話　06-6713-5513

2　桑津小学校「いきいき」　住所　桑津5-13-13　電話　06-6713-2922

3　北田辺小学校「いきいき」　住所　北田辺3-11-14　電話　06-6713-9688

4　田辺小学校「いきいき」　住所　田辺2-3-34　電話　06-6622-8250

5　南田辺小学校「いきいき」　住所　南田辺4-3-4　電話　06-6699-2511

6　東田辺小学校「いきいき」　住所　東田辺2-14-6　電話　06-6607-3598

7　南百済小学校「いきいき」　住所　湯里1-15-40　電話　06-6701-0963

8　湯里小学校「いきいき」　住所　湯里6-8-3　電話　06-6797-5044

9　鷹合小学校「いきいき」　住所　鷹合3-12-38　電話　06-6692-5584

10　今川小学校「いきいき」　住所　今川4-24-4　電話　06-6702-5672

11　矢田北小学校「いきいき」　住所　照ケ丘矢田2-1-55　電話　06-6705-6299

12　矢田東小学校「いきいき」　住所　住道矢田2-7-43　電話　06-6702-0586

13　矢田小学校「いきいき」　住所　矢田3-4-27　電話　06-6699-2236

14　矢田西小学校「いきいき」　住所　公園南矢田2-15-43　電話　06-6699-0299

区内すべての市立小学校で小学生を対象に、放課後や春・夏・冬休みに、遊びやスポーツ・読書活動等「いきいき」活動を行なっています。詳しくは下記へお問合せください。

問合せ　（一財）大阪教育文化振興財団　電話　06-6253-6217

親子サロン

1　育和社会福祉会館　開催日時　第1・3木曜10:00～11:30　住所　杭全2-11-14　電話　06-6713-2878

2　桑津会館　開催日時　第1・3金曜10:00～12:00　住所　桑津5-14-21　電話　06-6713-2871

3　北田辺会館　開催日時　第1・3火曜14:00～15:30　住所　北田辺1-8-4　電話　06-6714-9980

4　今川地域振興センター　開催日時　第4月曜13:30～15:00　住所　西今川3-6-7　電話　06-6703-0098

5　田辺中央会館　開催日時　第2・4水曜10:00～11:30　住所　田辺2-11-8　電話　06-6622-7171

6　南田辺会館　開催日時　第2金曜10:00～12:00　住所　南田辺1-10-32　電話　06-6623-6050

7　東田辺会館　開催日時　第1・3木曜10:00～12:00　住所　駒川4-10-5　電話　06-6608-7621

8　南百済会館　開催日時　第2・4金曜10:00～12:00　住所　針中野4-12-39　電話　06-6707-2117

9　湯里社会福祉会館　開催日時　第2か第4金曜13:30～15:00　住所　湯里5-7-3　電話　06-6702-8349

10　鷹合会館　開催日時　第1・3木曜13:30～15:00　住所　鷹合4-1-3　電話　06-6697-3825（鷹合西会館）

11　矢田北会館　開催日時　第1・3火曜10:00～11:00　住所　照ケ丘矢田1-13-16　電話　06-6797-6966

12　住道矢田福祉会館　開催日時　第2水曜（8月のみ第1水曜）10:00～11:30　住所　住道矢田9-1-5　電話　06-6797-1131

13　矢田中ひまわり会館　開催日時　第2・4水曜10:00～11:30　住所　矢田3-8-7　電話　06-6695-2880

14　南部文化コミュニティセンター　開催日時　第1・3火曜13:30～15:30　住所　公園南矢田3-18-8　電話　06-6608-0038

就学前の親子を対象におもちゃ等で遊べる場を用意しており、気軽に親子で立ち寄って交流することができます。開催日時については、変更する場合もありますので、お問合せのうえご参加ください。※保健師・助産師が行く日もあります

留守家庭児童対策事業

1　ひよこ学童保育所　住所　南田辺3-4-11　電話　080-7850-8111

2　北田辺学童クラブ　住所　北田辺4-21-15　電話　06-4301-2580

3　田辺学童保育クラブ　住所　南田辺1-2-14　電話　06-6629-1553

4　今川学園子どもの家　住所　今川3-5-8　電話　06-6713-0277

5　マリア子どもの家　住所　南田辺4-5-2　電話　090-3863-8098

開設時間や利用料金等は、各実施場所によって異なります。詳しくは各問合せ先へ直接お問合せください。

その他施設

1　地域子育て支援センター「ぽけっと」天宗東住吉園　住所　住道矢田2-12-21　電話　06-6760-0321

2　地域子育て支援センター「ぽけっと」育和白鷺学園今林園　住所　今林2-11-6　電話　06-6760-0321

3　ハート広場　住所　桑津5-13-48　電話　06-6719-6101

4　ひまわり（今川学園）　住所　今川2-3-15　電話　090-6406-4076

5　東住吉区子ども・子育てプラザ　住所　東田辺2-11-28　電話　06-6699-3600

6　つどいの広場矢田教育の森　住所　矢田5-2-12　電話　06-6692-0161

子どもと保護者が遊んだり、交流したりできる施設です。開催日時等は各問合せ先へ直接お問合せください。

■8面

8面ヘッダー

なっぴーが教える東住吉区のマメ知識

大阪市立大学卒業後は壽屋宣伝部でPR誌『洋酒天国』の編集や、ウイスキーのCMを手掛けて有名に。この頃に芥川賞を受賞します　10面へ

市民向け無料相談　大阪市内に気象警報が発表されている場合は中止となることがあります。

弁護士による法律相談　要予約

内容　土地・建物、金銭貸借、相続・遺言、離婚・親権等の相談

日時　7月4日・11日・18日・25日・8月1日（火）　13:00～17:00（最終時間枠は16:30）

場所　区役所5階53番窓口

1名（組）30分以内（相談後の記録作成時間を含む）

予約　総務課（広聴）5階53番　当日9:00から電話受付

電話　06-4399-9683※電話が繋がりにくい場合があります

司法書士による法律相談　要予約

内容　不動産登記、相続、成年後見等の相談

日時　7月20日（木）13:00～16:00（最終時間枠は15:30）

場所　区役所5階53番窓口1名（組）30分以内（相談後の記録作成時間を含む）

予約　総務課（広聴）5階53番　当日9:00から電話受付

電話　06-4399-9683※電話が繋がりにくい場合があります

税務相談

内容　一般的な税務相談

日時　7月12日（水）13:00～16:00（受付は13:00～15:30）

場所　区役所5階53番窓口

当日窓口で先着順に受付。混雑状況により整理券を配布する場合があります。

問合せ　総務課（広聴）5階53番　電話　06-4399-9683

行政相談

内容　国の行政等への相談

日時　7月13日（木）13:00～15:00（受付は13:00～14:30）

場所　区役所5階53番窓口

当日窓口で先着順に受付。混雑状況により整理券を配布する場合があります。

問合せ　総務課（広聴）5階53番　電話　06-4399-9683

不動産相談

内容　不動産に関する一般的な相談

日時　7月19日（水）13:00～16:00（受付は13:00～15:30）

場所　区役所5階53番窓口

当日窓口で先着順に受付。混雑状況により整理券を配布する場合があります。

問合せ　総務課（広聴）5階53番　電話　06-4399-9683

行政書士による相続遺言帰化相談

内容　遺言書や遺産分割協議書作成等に関する相談

日時　7月27日（木）13:00～15:00（受付は13:00～14:45）

場所　区役所5階53番窓口

当日窓口で先着順に受付。混雑状況により整理券を配布する場合があります。

問合せ　総務課（広聴）5階53番　電話　06-4399-9683

日曜法律相談　定員　16組（先着順）　要予約

日時　7月23日（日）13:00～17:00

場所　北区役所（北区扇町2-1-27）

問合せ　大阪市総合コールセンター「なにわコール」　電話　06-4301-7285

予約　専用　050-1807-2537　7月14日（金）12:00～22日（土）17:00（24時間受付）

ナイター法律相談　定員　32組（当日受付後抽選）

日時　7月12日（水）　18:30～21:00（受付は20:00まで）

場所　天王寺区民センター（天王寺区生玉寺町7-57）

問合せ　大阪市総合コールセンター「なにわコール」　電話　06-4301-7285

専門相談員による人権相談　要予約

内容　電話、ファックス、メール、手紙、面談で相談をお受けします。（土曜、年末年始を除く）

問合せ　大阪市人権啓発・相談センター

郵便番号550-0012　西区立売堀4-10-18　阿波座センタービル1階

電話　06-6532-7830（月曜～金曜　9:00～21:00、日・祝　9:00～17:30）

FAX　06-6531-0666

メール　7830@osaka-jinken.net

面談　要予約

ごみの分別相談とフードドライブ

内容　ごみの分別相談とあわせて食品ロス削減の取り組みとして、ご家庭で余っている食品を引取り、連携事業者を通じて子ども食堂等に無償で提供するフードドライブを実施します。

日時　7月11日（火）14:00～16:00

場所　区役所正面玄関窓口案内横

持ち物　未開封のもので常温保存でき、賞味期限が1ヶ月以上残っている食品

※アルコール類などお預かりできない食品もあります

問合せ　中部環境事業センター普及啓発担当

電話　06-6714-6411

みんなで母乳相談

内容　母乳や授乳、育児のことで困っていることはありませんか?助産師を囲んで色々聞いて、話してみませんか?

授乳中のお母さま、お待ちしております!

日時　7月13日（木）10:00～11:30（受付は9:45～10:00）

場所　　検診室　（区役所1階）

持ち物　母子健康手帳・おむつ・着がえ・ミルク等

問合せ　保健福祉課（健康づくり）　1階14番

電話　06-4399-9968　FAX　06-6629-1265

2023東住吉区民フェスティバル　10月15日（日）

飲食・物販ブース、ステージ出演者募集!

飲食・物販ブース出展者

募集数　一般ブース・・・10ブース程度　キッチンカー・・・7ブース程度

応募要件　区内で活動している団体・グループ・サークル

申込方法　申込先に郵送

ステージ出演者

募集数　15組程度（出演時間は1組10分程度）

内容　ダンス、楽器演奏、漫才、手品、大道芸など多くの観客が楽しめるもの

応募要件　区内で活動している団体・グループ・サークル

申込方法　申込先に郵送

応募締切　7月28日（金）※当日消印有効

申込先　（一財）大阪市コミュニティ協会　東住吉区支部協議会

郵便番号546-0031　田辺2-10-18　「さわやかセンター」内

電話番号080-6206-4154（業務用）

やさいづくり体験塾　秋・冬コース参加者募集!

SDGs　3　すべての人に健康と福祉を

問合せ　区民企画課　5階54番　電話　06-4399-9922　FAX　06-6629-4564

クラインガルテン・東住吉のスタッフが基礎から丁寧に指導しますので、初心者の方でも気軽に体験いただけます。土に触れ、やさいづくりを体験しませんか!

日程　8月19日～11月25日の土曜日のうち全11回（予定）

時間　9:30～11:00頃※週によって変更あり

※小雨決行（7:00の時点で気象警報の発表があれば中止します）

場所　クラインガルテン広場（矢田1-16-22）※車での来場はご遠慮ください。

対象　市内在住の方（小学生以上に限ります）

定員　15名※申込多数の場合抽選

参加費　2,000円（初回講習日にお支払い）

申込　①②どちらかの方法で参加者お一人ずつお申込みください。

①大阪市行政オンラインシステム（要事前登録）にログインの上、必要事項を入力

②往復はがきに住所・氏名・ふりがな・生年月日・電話番号を記入の上、

郵便番号546-8501　東田辺1-13-4　区役所区民企画課「やさいづくり体験塾」担当へ

※返信面に応募者の郵便番号・住所・氏名をあらかじめご記入ください。

締切　7月14日（金）①は17:00　②は必着

大阪城南女子短大プロデュース　区民のための「大学公開講座」参加者募集!

場所　大阪城南女子短期大学（湯里6-4-26ほか）

申込　①大阪市行政オンラインシステム　（要事前登録）

②往復はがきに希望講座番号・講座名（1枚につき1講座）

参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を記入の上、

郵便番号546-8501　東田辺1-13-4　区役所区民企画課　「区民のための大学公開講座」担当へ

※返信面に応募者の郵便番号・住所・氏名をご記入ください。

締切　7月26日（水）※①は17:00②は必着（申込多数の場合抽選）

問合せ　区民企画課　5階54番　電話　06-4399-9904　FAX　06-6629-4564

講座名　1、広東料理で中華ざんまい「親子クッキング」

開催日　8/25（金）

時間　13:00～16:00

費用　1,000円

定員　12名

対象　親子（小学5.6年生以）向け

講師　河瀬淳子

講座名　2、古着やハギレで作るぬいぐるみ

開催日　8/25（金）

時間　13:00～16:00

費用　無料

定員　12名

対象　親子向け※親子向けの講座は中学生以上であればお一人でもご参加いただけます。

講師　樋口　幸

講座名　3、初めてでも大丈夫！楽しくネイルアートに挑戦

開催日　8/25（金）

時間　14:00～16:00

費用　無料

定員　10名

対象　中学生以上

講師　出井真子

講座名　4、とっても目立つ！推し活グッズ（うちわ）をつくろう

開催日　8/25（金）

時間　14:00～16:00

費用　500円

定員　10名

対象　中学生以上

講師　柴田精一

講座名　5、ちょっとおしゃれなカフェ風ランチ

開催日　8/26（土）

時間　9:30～12:30

費用　1000円

定員　12名

対象　中学生以上

講師　山口清香

講座名　6、親子で楽しめる英語講座

開催日　8/26（土）

時間　10:00～12:00

費用　無料

定員　20名

対象　親子向け※親子向けの講座は中学生以上であればお一人でもご参加いただけます。

講師　日高由貴

講座名　7、ウクレレで簡単な曲を奏でよう!

開催日　8/26（土）

時間　10:00～12:00

費用　無料

定員　15名

対象　親子向け※親子向けの講座は中学生以上であればお一人でもご参加いただけます。

講師　油井宏隆

講座名　8、西洋絵画を読む　佐伯祐三とエコール・ド・パリ

開催日　8/26（土）

時間　13:00～15:00

費用　無料

定員　30名

対象　中学生以上

講師　村上真樹

8面フッター

「犯罪被害者等支援のための総合相談窓口」

時間　9:00～17:30（土日祝、年末年始を除く）

場所　市民局人権企画課（市役所4階）

問合せ　電話　06-6208-7489　FAX　06-6202-7073

■12面

12面ヘッダー　なっぴーが教える東住吉のマメ知識

北田辺に住んだ小・中・高校の頃を記念して、近鉄北田辺駅前に「開高健文学碑」が建てられているよ。ぜひ見に行ってみてね。　GOAL

子育てコーナー

健診のお知らせやイベントなど、子育て情報を発信!　子育てについて調べたいことがあるときは、「東住吉区子育て応援ナビ」をチェック!

集まれなっぴーキッズ※年齢は撮影当時のものです。

問合せ　総務課（広報）　5階53番　電話　06-4399-9683

笑顔あふれる毎日にしようね!　福田すずちゃん（北田辺　2か月）

すくすく育ってねー　中道陽空（なかみち　ひあ）、碧乃（あの）ちゃん（住道矢田　1歳11か月、9か月）

たくさん笑って、すくすく元気に育ってね。　西尾亮吾（にしお　りょうご）ちゃん（北田辺　8か月）

いっぱい食べて大きくなっていっぱい遊ぼうね!大好き!　竹中結音（たけなか　ゆのん）、想乃（その）ちゃん（今川　3歳7か月、3か月）

いちご大好き。いつも幸せをありがとう。森本翔陽（もりもと　しょうよう）ちゃん（駒川　2歳2か月）

健診担当からのお知らせ

問合せ　保健福祉課（健診）　1階13番

電話　06-4399-9882　FAX　06-6629-1265

乳幼児健康診査

受付時間は、検診日の2週間ほど前に対象の方に送付する案内文書に記載します。

●3か月児健康診査

7月5日（水）　令和5年2月15日～令和5年3月3日生まれ

7月26日（水）　令和5年3月4日～令和5年3月31日生まれ

8月2日（水）　令和5年4月1日～令和5年4月18日生まれ

●1歳6か月児健康診査

7月12日（水）　令和3年12月5日～令和3年12月30日生まれ

●3歳児健康診査

7月19日（水）　令和元年12月28日～令和2年1月17日生まれ

※対象生年月日は変更となる場合があります。

東住吉区子ども・子育てプラザからのお知らせ（東田辺2-11-28）

問合せ　電話　06-6699-3600　FAX　06-6699-3600

お昼ごはんを一緒に作ろう!!（区内在住の小学生対象）　無料　申込要

栄養士の先生とお昼ごはんを作ります。

※食物アレルギーの対応はしておりません。

※保護者の方は送迎のみでお願いします。

日程　8月4日（金）

時間　10:00～12:30

定員　12名

場所　東住吉区役所1階　栄養指導室

持ち物　エプロン、三角巾（バンダナ可）、マスク

申込　電話受付、7月11日（火）9:30～20日（木）17:30

7月21日（金）抽選（当選者のみ電話連絡）

ワクワク体験講座「科学工作」（区内在住の小学生対象）　無料　申込要

親子で科学の不思議・楽しさを体験しよう!

日程　7月31日（月）

時間　10:30～11:30

定員　小学生と保護者20組（40名）

場所　子ども・子育てプラザ1階　軽運動室

申込　電話受付、7月8日（土）9:30～14日（金）17:30

7月15日（土）抽選（当選者のみ電話連絡）

東住吉図書館からのお知らせ（東田辺2-11-28）

問合せ　電話　06-6699-7000　FAX　06-6699-3222

おはなし会　無料　申込不要

絵本のよみきかせや手あそびなどをします。

日程　7月8日・15日・22日・8月5日（土）、7月13日（木）

時間　土曜日　14:00～14:30　第2木曜日　11:00～11:30

場所　東住吉図書館　えほんコーナー

出演　第1土曜日　赤ずきん&ドロップス

第2・3土曜日　おはなしたまてばこ

第4土曜日　なにわ語り部の会

第2木曜日　ラ・パンダ

だっこのじかん　無料　申込不要

赤ちゃん向けの絵本のよみきかせや、赤ちゃんと楽しめるふれあい遊びなどをします。

日程　7月27日　第4木曜日

時間　15:30～15:45

場所　東住吉会館和室（図書館と同じ建物の2階）

対象　乳幼児と保護者

定員　7組（当日先着順）

えほんを一緒にたのしもう!

『くっついた』

三浦太郎　作・絵　こぐま社

「くっついた」という言葉で、金魚と金魚が、あたまをちょんとくっつけます。アヒルたちはくちばしを、ゾウたちは鼻を、お母さんと赤ちゃんはほっぺをくっつけます。言葉の繰り返しが楽しい絵本です。温かな色使いの丸みのある絵もかわいらしく、ふれあう喜びが素直に伝わってきます。

7月　いっしょにかんたん!　おやこレシピ

シャキシャキ!ハンバーグ

区食生活改善推進員協議会　担当　東田辺校区

栄養価（1人分）　エネルギー215kcal　食塩相当量1.5g

材料（4人分）

鶏ひき肉・・・320g

れんこん・・・50g

にんじん・・・30g

ピーマン・・・20g

芽ひじき（乾）・・・4g

A　酒・・・大さじ2分の1、塩・・・小さじ4分の1、片栗粉・・・大さじ1

B　みりん・・・大さじ1・2分の1、しょうゆ・・・大さじ1・2分の1、砂糖・・・大さじ2分の1、水・・・大さじ2

サラダ油・・・大さじ2分の1

付け合わせ　パプリカ（赤・黄）・・・各2分の1個、サラダ油・・・小さじ1、レタス・・・2枚

作り方

①　れんこん、にんじん、ピーマンは3㎜角に切り、芽ひじきは水でもどして水気を切る。

②　ボウルに鶏ひき肉とAを入れてよく練り、ねばりがでたら①を加え混ぜて8等分にして小判形にまとめる。

③　フライパンに油を熱し、②を入れて焼き色が付いたら裏返し、フタをして弱火で6分焼く。

④　③に混ぜ合わせたBを加え、照りが出るまでからめる。

⑤　④を器に盛り、せん切りにして油で炒めたパプリカとちぎったレタスを添える。

れんこんを入れるとシャキシャキするよ!ほかにコーンやねぎなど中に入れる野菜を工夫してみてね!

レシピはホームページでも公開中

問合せ　保健福祉課（健診）　1階13番

電話　06-4399-9882

12面フッター

広報東住吉「なでしこ」は毎月1日～5日（1・5月は7日）の間に区内の全ての世帯・事業所にお届けしています。5日たっても配布されない場合は、配布事業者（合同会社RK）フリーダイヤル0120-979-449へ連絡をお願いします。

問合せ　総務課（広報）　5階53番

電話　06-4399-9683　FAX　06-6629-4533

QRコード

■1面

東住吉区役所ホームページ

http://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/

東住吉区役所ツイッター

https://twitter.com/nadeshiko\_nappy

東住吉区役所ライン登録

https://line.me/R/ti/p/feOelT91hmsf

■2面

育和地域活動協議会

https://ikuwa.net/index.html

各お祭りの問合せ先等https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000600898.html

東住吉区区政会議委員

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000601935.html

■3面

マイナンバーカード出張申請

https://mynumber-r5-city-osaka.jp/public/

証明書のコンビニ交付サービス

https://www.city.osaka.lg.jp/shimin/page/0000284183.html

NTTドコモレッドハリケーンズ大阪

https://docomo-rugby.jp/

東住吉区高校進学相談会

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000565947.html

高等学校等への進学向け奨学金等制度説明会

https://www.city.osaka.lg.jp/kyoiku/page/0000538929.html

国民年金基金

https://www.city.osaka.lg.jp/fukushi/page/0000369608.html

■4面

長居植物園

https://botanical-garden.nagai-park.jp/

東住吉区老人福祉センターhttps://www.osaka-sishakyo.jp/rojinfukusi\_center\_list/h\_sumiyosi/

東住吉区社会福祉協議会

https://sawayaka-c.ne.jp/

公益財団法人平野区画整理記念会館

https://kinen100.wixsite.com/kinen

東住吉区図書館

https://www.oml.city.osaka.lg.jp/index.php?page\_id=150

大阪市コミュニティ協会東住吉区支部協議会

http://osakacommunity.jp/higashisumiyoshi/

広報東住吉「なでしこ」

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000576098.html

東住吉区ホームページ

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000588977.html

移動図書館

https://www.oml.city.osaka.lg.jp/index.php?page\_id=135

■5面

大阪市行政オンラインシステム

https://lgpos.task-asp.net/cu/271004/ea/residents/portal/home

食中毒注意報（令和4年）

https://www.city.osaka.lg.jp/kenko/page/0000538852.html

熱中症に注意

https://www.city.osaka.lg.jp/kenko/page/0000332016.html

https://www.city.osaka.lg.jp/shobo/page/0000503312.html

東住吉警察署

http://www.info.police.pref.osaka.jp/ps/higashisumiyoshi/index.html

■8面

やさいづくり体験塾参加者募集

https://lgpos.task-asp.net/cu/271004/ea/residents/procedures/apply/74ca329e-31be-489d-bb5f-a3e91dfbe708/start

大学公開講座参加者募集

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000601357.html

犯罪被害者等支援のための総合相談窓口

https://www.city.osaka.lg.jp/shimin/page/0000371364.html

■12面

東住吉区子育て応援ナビ

https://www.city.osaka.lg.jp/contents/wdu720/www3/

集まれナッピーキッズ

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000430436.html

健診担当からのお知らせ

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000597919.html

東住吉区子ども・子育てプラザ

https://miokoko-net.miotsukushi.or.jp/higashisumiyoshi/

東住吉図書館

https://www.oml.city.osaka.lg.jp/index.php?page\_id=150

おやこレシピ

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/category/3464-1-2-2-0-0-0-0-0-0.html