■1面

広報　東住吉　なでしこ　11月号　2023年（令和5年）No.330

なっぴーが教える東住吉区のマメ知識

今川沿いの公園に、野鳥が訪れるんだって!　2面へ

SDGs　16　平和と公正をすべての人に

オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン　詳しくは6・7面へ!

こどもは、みんなたからもの!

11月号のおもな内容

1・6・7面　オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン

2面　日頃まちなかでみかけるあれこれ・・・実は地域が活動しています!

8面　クラインガルテン広場「寄せ植え講習会」

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127,880人（男60,029人　女67,851人）

●世帯数64,285世帯（令和5年10月1日現在推計）

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

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、11月26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

なっぴーが教える東住吉区のマメ知識

南港通りの北側の今川沿いの公園に、せせらぎが造られているのをご存知ですか?　4面へ

日頃まちなかでみかけるあれこれ・・・実は地域が活動しています!

SDGs　11　住み続けられるまちづくりを

各地域では、住民同士がつながりを持ち安心・安全・心豊かに暮らせるよう、さまざまな活動が実施されています。これらは、活動に関わっている全ての方々の人とのつながりや地域への想いから成り立っています。

活動への関わり方はさまざまです。できることから少しずつ活動に参加してみませんか。

東住吉区内の地域活動

安心・安全のために　街路防犯灯や防犯カメラの維持管理等、日々の安心につながる活動　青色パトロールカーでの巡回　見守り活動　防災訓練

健康で元気に暮すために　「健康体操」や「介護予防教室」等の交流で心身の健康に取り組む活動　ふれあい喫茶　ラジオ体操

子どもたちのために　子どもたちを地域で見守る活動　親子サロン　子ども食堂

みんなで楽しむ地域行事のために　子どもからお年寄りまで世代を問わない交流　お祭り　運動会

町会は地域活動にふれる一番身近な地域コミュニティです。

町会に加入しよう!

地域活動全般に関する問合せ　区民企画課5階54番

電話　06-4399-9743　FAX　06-6629-4564

区長の部屋　区長が地域を回ります!　SDGs11　住み続けられるまちづくりを

運動会（桑津小学校他）・みんなの健康展・東住吉区民フェスティバル編

この秋、小中学校11校の運動会を拝見し児童生徒が全力で頑張っている姿にとても感動しました。そして、どの学校の運動会でもPTAの皆さんが運営の裏方として大活躍しておられました。学校行事の運営支援だけでなく、日頃から登下校の見守りや地域活動・お祭り等の際、子どもたちのためにボランティアとしてお世話いただいているPTAの皆さんに心より御礼申しあげます。PTA以外でも、行事が目白押しの先月は、区民フェスティバル、健康展、矢田北地域や南田辺地域の地域運動会、各地の秋祭り行事でも様々な団体の方々がお世話役として大奮闘いただきました、厚く御礼申しあげます。

さて、11月は児童虐待防止推進キャンペーンの月です。ネグレクト（養育放棄）や暴言・暴力による辛い思いを子どもたちに絶対させたくありません。一方、子育てする親も生身の人間ですから、しんどさや不安を感じることもあります。そのような時、悩みや不安を分かち合える関係や環境が身近にあれば救われるように思います。例えば、東住吉区役所の子育て支援室には、豊富な経験を有する相談員がいますので、遠慮なく連絡してご相談いただけます。各地域の会館では親と子が気兼ねなくひと時を過ごせる親子サロンを定期的に開催いただいていますし、他にも様々な団体が子どもたちの居場所を運営いただいています。これらの活動が更に広がり深く浸透していくよう区役所としても取り組んでまいりますのでご支援をお願いいたします。

桑津小学校PTAの皆さん　育和小学校PTAの皆さん　区民フェスティバルで民生委員・児童委員の皆さんと　　矢田北小PTAの皆さん　南百済小PTAの皆さん　東田辺小下校見守り中！　みんなの健康展、大盛況でした　矢田北女性部の皆さんと

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25.33円です。そのうち約1.54円を広告収入で賄っています。

■3面

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　11月7日・14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

11月21日（火）実施分から弁護士による法律相談の予約方法が変わります

電話で事前予約（24時間受付）　音声ガイダンスにそって予約してください　AI音声で受付→相談日に来庁

事前予約専用　050-1808-6070　24時間受付（先着順）

■11月21日（火）13:00～17:00

【事前予約期間】11月14日（火）12:00～20日（月）17:00まで

■11月28日（火）13:00～17:00

【事前予約期間】11月21日（火）12:00～27日（月）17:00まで

■12月5日（火）13:00～17:00

【事前予約期間】11月28日（火）12:00～12月4日（月）17:00まで

問合せ　総務課（広聴）　5階53番　電話　06-4399-9683

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　11月16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

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

今月の開催はありません

問合せ　総務課（広聴）　5階53番　電話　06-4399-9683

税務相談

内容　一般的な税務相談

日時　11月8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　11月9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　11月15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

ひとり親家庭相談・離婚前相談　要予約

日時　毎週（火）、（水）、（金）（祝日除く）　9時15分から17時30分

場所　区役所2階28番窓口

問合せ　保健福祉課（子育て支援）

予約　電話または窓口　電話　06-4399-9838

日曜法律相談　定員16組（先着順）　要予約

日時　11月26日（日）　13:00～17:00

場所　東淀川区役所（東淀川区豊新2-1-4）

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　11月17日（金）12:00～25日（土）17:00（24時間受付）

ナイター法律相談　定員32組　要予約

日時　11月13日（月）　18:30～21:00

場所　中央区民センター（中央区久太郎町1-2-27）

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　大阪市行政オンラインシステムにて

人権擁護委員による特設人権相談

日時　11月17日（金）　13:30～16:00

場所　淀川区役所（淀川区十三東2-3-3）　生野区役所（生野区勝山南3-1-19）

問合せ　大阪第一人権擁護委員協議会　電話　06-6942-1489　FAX　06-6943-7406

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）、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　FAX　06-6531-0666

（（月）～（金）　9:00～21:00、（日）祝日　9:00～17:30）

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　11月14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　FAX　06-6714-7787

みんなで母乳相談

内容　母乳や授乳、育児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?

日時　11月9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

お知らせ

陸上自衛隊高等工科学校生徒・第3回一般曹候補生を募集します

■陸上自衛隊高等工科学校生徒（特別職国家公務員生徒）

締切日　令和6年1月5日（金）

試験日時　令和6年1月13日（土）または14日（日）

応募資格　令和6年4月1日現在、15歳以上17歳未満

処遇　月額　106,900円（生徒手当）

■一般曹候補生（自衛官）

締切日　11月30日（木）

試験日時　12月9日（土）～14日（木）のうち指定する一日

応募資格　18歳以上33歳未満

処遇　月額　184,300円（高卒）　193,900円（大卒）

問合せ　防衛省・自衛隊　大阪地方協力本部阿倍野出張所（阿倍野区阿倍野筋3-10-1　あべのベルタ2階）

電話　06-6645-1645　東住吉区担当　大屋（おおや）まで

自衛官等募集事務に係る自衛隊への情報提供を希望されない方の申し出（除外申出）を受け付けています

本市では自衛隊法施行令第120条に基づく防衛大臣からの資料提供依頼に応じて、自衛官および自衛官候補生の募集のために必要な住民基本情報を提供しています。情報提供を希望されない方は、申し出いただくことにより、自衛隊へ提供する情報から除外しています。

■資料提供の対象者　大阪市内に住民登録がある日本人住民の方のうち、資料提供を行う年度に18歳及び21歳に到達する方

■申出期限　①18歳に到達する年度の4月25日

②21歳に到達する年度の12月25日

※申出期限が（土）、（日）の場合は、翌（月）が申出期限です。

問合せ　窓口サービス課（住民情報）　2階23番

電話　06-4399-9963　FAX　06-4399-9947

スマホの活用方法が学べる体験型講習会を開催します　無料　要申込

貸出用スマートフォンを使って基本的な利用方法を学べます。総務省指定の研修を受けた講師が丁寧に説明します。複数講座受講可能です。

日程　12月20日（水）　場所　301会議室（区役所3階）

時間　9:30～　講座名　基本1

講座内容　・電源の入れ方・ボタンの操作方法・電話のかけ方・カメラの使い方

時間　11:00～　講座名　基本2

講座内容　・インターネットの利用方法・メールの利用方法

時間　14:00～　講座名　基本3

講座内容　・アプリのインストール方法・SNSの使い方

時間　15:30～　講座名　応用4

講座内容　・健康保険証利用の登録・公金受取口座の登録

対象　市内在住の方

定員　各回7名（先着順）

申込　11月10日（金）　9:00～　電話にて

問合せ　総務省採択事業者　株式会社Honki

電話　0120-121-525（お問合せ番号5038）　（月）～（金）9:00～18:00受付

※受付の際にお問合せ番号をお申し付けください

事業についての問合せ　総務課（事業企画）　5階53番　電話　06-4399-9976　FAX　06-6629-4533

「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

■4面

なっぴーが教える東住吉区のマメ知識

旧鳴戸川を埋め立てて造った小さなせせらぎで、野鳥も訪れるんだよ。　6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

コスモスフェア

色とりどりのコスモスが秋風に揺れ、咲き乱れる光景は、まさに絶景!期間最終日には、コスモス畑を開放し、花摘み体験会（有料）も開催予定です。

日程　11月3日（金）（祝）～26日（日）※休園日なし

時間　9:30～16:30（入園は16:00まで）

料金　200円（入園料）

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

ひらの寄席

個性豊かな5人の落語が楽しめます!

日時　11月9日（木）　13:00開場、13:30開演

場所　平野区画整理記念会館1Fホール

定員　300名　料金　1,000円（前売りは会館窓口、チケットぴあで発売中）

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

さわやか祭り開催します!

登録ボランティアによる舞台発表・作品展示・バザー・あそびのコーナー（工作やバルーンアート）を開催します。

日時　11月11日（土）　10:00～15:00

参加費　無料　申込　不要

※舞台タイムテーブルなど詳細はホームページをご覧ください。

東住吉会館（東田辺2-11-28）

問合せ　電話　06-6699-1100　FAX　06-6697-8080

クリスマスミニコンサート

クラリネットの演奏をお楽しみください。

日時　12月17日（日）　14:00～15:00

定員　40名（先着順）　料金　500円

申込　11月6日（月）～　電話・来館・FAXにて

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

シニアの救命講習会

もしもの時のためにAEDの使用方法などを学びましょう。

日時　11月22日（水）　13:30～15:00（予定）

料金　無料※要利用登録　定員　各30名

講師　東住吉消防署　持ち物　筆記用具

申込　11月8日（水）10:00～　電話・窓口にて（抽選）

空家の管理・活用セミナー&個別相談会　東住吉区・阿倍野区合同開催

無料　要申込

SDGs　11　住み続けられるまちづくりを　17　パートナーシップで目標を達成しよう

空家をお持ちの方へ、空家で困らないための情報をお伝えするセミナーを開催します。セミナー終了後、ご希望の方には専門家による個別相談会も実施します。

※個別相談会のみのご参加はできません。

【セミナー内容】

講演1　知って得する「空家と相続」の話

講師　一般社団法人全国不動産コンサルティング協会　会長　米田淳（こめだあつし）さん

講演2　相続登記の義務化等に関する改正について

講師　大阪司法書士会　石﨑司法書士事務所　所長　石﨑雅博（いしざきまさひろ）さん

日時　12月9日（土）■セミナー　14:00～16:00　■個別相談会　16:00～16:30

場所　阿倍野区役所2階　大会議室（阿倍野区文の里1-1-40）

定員　セミナー　40名　個別相談会　10組（1組30分）

申込　11月6日（月）～30日（木）　電話・FAX・メール・窓口にて（先着順）

住所・氏名・電話番号・個別相談会への参加希望の場合は相談内容をお知らせください。

問合せ申込先　総務課（事業企画）　5階53番　電話　06-4399-9917　FAX　06-6629-4533

メール　tv0001@city.osaka.lg.jp

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!

場所　駒川商店街コマステーション（駒川4-9-16）　日時　11日（土）、12日（日）　10:00～16:00

場所　公益財団法人平野区画整理記念会館2階　第3会議室（中野2-7-16）　日時　11日（土）、12日（日）　11:00～17:00

場所　東住吉会館2階　会議室1（東田辺2-11-28）　日時　12日（日）、19日（日）　11:00～17:00

カード申請から受取までの流れ

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サポート窓口

電話　050-3535-0200（9:00～17:30※年末年始を除く）

ものづくりの発信基地よりお届けします!

第19回　東住吉・平野地域活性化プロジェクト「産業交流フェア」開催!!

無料　申込不要

産業交流フェアとは　東住吉・平野地域ブランド認定事業「H2O」の認定事業をはじめとする地域の企業、商品、出店学校のPRイベントです。詳細は産業交流フェアの公式ホームページをご覧ください。

日時　11月25日（土）　10:30～16:30

場所　コミュニティプラザ平野　平野区民センター（平野区長吉出戸5-3-58）

問合せ　第19回産業交流フェア実行委員会　電話　06-6777-3123

事業に対する問合せ　区民企画課　5階54番　電話　06-4399-9970　FAX　06-6629-4564

移動図書館まちかど号　11月の巡回日

日時　11/9（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　11/18（土）　10:20～11:20　場所　中町会公園（杭全7-14）

日時　11/25（土）　11:25～12:05　場所　平野白鷺公園（今川6-7）

日時　12/1（金）　10:25～11:15　場所　矢田東小学校東門（住道矢田2-7）

日時　12/2（土）　14:25～15:05　場所　サンヴァリエ針中野6号棟前（湯里3-2）

問合せ　中央図書館　自動車文庫　電話　06-6539-3305

神馬の道再現ウォーク　田辺郷と住吉大社をつなぐ神馬の道と歴史をたどります。

日時　11月19日（日）※小雨決行

受付　12:30～　出発　13:00　解散　住吉大社（16:00予定）

場所　集合場所　法楽寺（山坂1-18-30）

主催　にんやか田邊　後援　東住吉区役所

問合せ　電話　090-8750-4961　FAX　06-6628-1892（吉村）

メール　naokiy@m3.kcn.ne.jp

事業に対する問合せ　区民企画課　5階54番　電話　06-4399-9970　FAX　06-6629-4564

東住吉区　区民いけ花展

地域の方々によるいけ花を展示します。お茶席もご用意しています。

日時　11月17日（金）・18日（土）　10:00～15:30

場所　花と緑と自然の情報センター（長居植物園内）

いけ花展　2階アトリウム、お茶席　1階外部実習スペース

料金　お茶券1枚500円

主催　東住吉区地域振興会女性部・長居パークセンター

問合せ　（一財）大阪市コミュニティ協会　東住吉区支部協議会（田辺2-10-18　さわやかセンター内　東住吉地区募金会気付）

電話　06-6115-8236　FAX　06-6115-8260

事業に対する問合せ　区民企画課　5階54番　電話　06-4399-9743　FAX　06-6629-4564

防犯・防災

東住吉消防署からのお知らせ

問合せ　電話　06-6691-0119

11月9日（木）～15日（水）は、秋の火災予防運動期間です。

いのち輝く未来を守る火の用心　令和5年度大阪市防火標語

火災が発生しやすい時季を迎えるにあたり、家庭での防火をはじめ、地域における自主防災体制の充実を呼びかけています。「災害に強いまちづくり」を推進するため、ご協力よろしくお願いします。

東住吉警察署からのお知らせ

問合せ　電話　06-6697-1234

逃げ得は絶対に許さない「あっ!似てる　ピンときたら110番」

指名手配被疑者の発見には、区民の皆さんのご協力が必要です。よく似た人物を見かけた時は警察署へ通報お願いします。どんなわずかなことでも結構です。

安まちメールを活用して、防犯や交通事故の対策をしましょう!!

安まちメールに登録しましょう!安まちメールは、「犯罪発生情報」「防犯対策情報」「交通事故情報」を電子メールでリアルタイムにお知らせする、大阪府警察の情報提供サービスです。

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

■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　1月29日（月）　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　11月7日（火）から13日（月）　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

大阪市行政オンラインシステムは事前登録が必要です。オンライン申込をされた方には8桁の申込番号が自動で送付されます。その番号が抽せん番号となります。抽せん結果公表まで大切に保存してください。

抽せん　11月14日（火）に抽せんを実施し、11月17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　1月29日（月）　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　11月7日（火）から13日（月）　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

大阪市行政オンラインシステムは事前登録が必要です。オンライン申込をされた方には8桁の申込番号が自動で送付されます。その番号が抽せん番号となります。抽せん結果公表まで大切に保存してください。

抽せん　11月14日（火）に抽せんを実施し、11月17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　1月22日（月）　9:30～10:30

※保育ボランティア（就学前のお子様対象）を配置できます。必ず予約時にお申し出ください。

ところ　検診室（区役所1階）

予約　要予約（抽選）

申込期間　11月7日（火）から13日（月）　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

大阪市行政オンラインシステムは事前登録が必要です。オンライン申込をされた方には8桁の申込番号が自動で送付されます。その番号が抽せん番号となります。抽せん結果公表まで大切に保存してください。

抽せん　11月14日（火）に抽せんを実施し、11月17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　1月22日（月）　9:30～10:30

※保育ボランティア（就学前のお子様対象）を配置できます。必ず予約時にお申し出ください。

ところ　検診室（区役所1階）

予約　要予約（抽選）

申込期間　11月7日（火）から13日（月）　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

大阪市行政オンラインシステムは事前登録が必要です。オンライン申込をされた方には8桁の申込番号が自動で送付されます。その番号が抽せん番号となります。抽せん結果公表まで大切に保存してください。

抽せん　11月14日（火）に抽せんを実施し、11月17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　11月13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　11月13日（月）　9:30～10:30、11月16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　11月16日（木）　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

筋肉つけてお出かけしよう♪百歳体操体験会を実施します

いきいき百歳体操は、転ばない体づくりのための体操です。おもりを手足に巻き椅子に座って行う、簡単で安全なエクササイズです。体力測定の実施もあります。体の変化を実感してみませんか?　無料　要申込

参加条件　①区内在住の65歳以上の方で、地域の百歳体操に参加していない方

②12月5日（火）～2月27日（火）　の3か月間で（火）と（金）週2回参加出来る方（祝日は休み）

時間　9:30～10:30（初回・最終回は30分程度延長となります）

場所　検診室2（区役所1階）

定員　25名（抽選）

持ち物　タオル、飲み物等

申込　11月6日（月）～24日（金）

問合せ　申込　保健福祉課（健康づくり）　1階14番　電話　06-4399-9968

おトクな健康アプリ「アスマイル」をご利用ください!

大阪府が提供する「おおさか健活マイレージアスマイル」は、府民の健康づくりをサポートするアプリです。朝食を食べる、歩く、歯を磨く、健診を受けるなどの毎日の健康活動でポイントが貯まり、貯まったポイントで飲み物や電子マネー等が当たる抽選に参加できます。また、40歳以上の大阪市国民健康保険被保険者の方は「特定健診」・「1日人間ドック」・「健康づくり支援事業」を受診すると、初回3,000円相当分の電子マネー等と交換できるポイントがもらえます。

アプリをインストール　毎週、毎月抽選!　ポイントを貯める　特典がもらえる!

問合せ　おおさか健活マイレージアスマイル事務局

電話　06-6131-5804　FAX　06-6452-5266

受付時間　9:00～17:00（土日祝、12月29日～1月3日除く）

精神保健福祉相談のご案内

不安、ゆううつ、不眠、ひきこもり、物忘れなどこころの問題に関する相談を、精神科医師、精神保健福祉相談員等がお受けします。予約制となっておりますので、まずはお電話でお問合せください。　無料　要申込

場所　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

ノロウイルスに注意しましょう!

ノロウイルスによる食中毒は、冬場に多く発生し、急性胃腸炎等を引き起こします。

ノロウイルス食中毒の予防として、次の点に注意しましょう。

・調理をされる方は、健康管理を徹底しましょう。

・手指の洗浄消毒（調理前、食事前、トイレの後等）を徹底しましょう。（消毒用アルコールや逆性せっけんはあまり効果がなく、流水で念入りに洗い流すことが重要です!）

・調理器具を介した汚染を防ぐため、器具の洗浄消毒を徹底しましょう。

・カキなどの二枚貝の生食は避け、中心部まで十分加熱しましょう。（85～90℃、90秒間以上の加熱）

・おう吐物等で汚染された場所や掃除道具は塩素系消毒薬で消毒しましょう。

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

自転車シリンダー式リング錠・自転車前かごひったくり防止カバーの無料取付キャンペーンを行います。

■11月10日（金）　10:00～　矢田出張所西側駐輪場

■11月24日（金）　16:00～　区役所北側駐輪場

※どちらも数に限りがあります。※警報発令など中止となる場合があります。詳細はホームページにてご覧ください。

問合せ　区民企画課　5階54番　電話　06-4399-9990　FAX　06-6629-4564

■6面

なっぴーが教える東住吉区のマメ知識

今川に魚や昆虫が戻ってきたので、カワセミやアオサギも姿を見せるんだ。　8面へ

オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン

こどもは、みんなたからもの!

子ども虐待防止オレンジリボン運動

SDGs　16　平和と公正をすべての人に

保護者が「しつけ」だと思っていても、児童虐待にあたることがあります

身体的虐待　殴る、蹴る、やけどを負わせる、激しく揺さぶる、溺れさせるなど

ネグレクト　食事を与えない、乳幼児を家に残して外出する、自動車の中に放置する、ひどく不潔にする、治療が必要なのに病院に連れて行かないなど

性的虐待　こどもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノグラフィティの被写体にするなど

心理的虐待　言葉により脅かす、無視する、きょうだい間で差別的な扱いをする、こどもの目の前で家族に対して暴力をふるうなど

お子さんや保護者の方の心配な虐待のサインを見つけたら、ご連絡ください

・こどもの泣き叫ぶ声やおとなの罵声が頻繁に聞こえる

・からだや衣類が常に汚れている

・原因がはっきりしない傷やあざが見られる

・家に帰りたがらない

・おとなが担うべき家族の介護や看病、幼いきょうだいの世話、家事に追われて生活に支障をきたしている

・小さいこどもを家に置いたまま外出している

・こどもの養育に関して拒否的、無関心である

・こどものけがについて説明が出来ない

保健福祉課（子育て支援室）　06-4399-9733　（月）～（金）　9時～17時30分

大阪市児童虐待ホットライン（こども相談センター）　0120-01-7285（まずは一報　なにわっこ）　24時間365日対応

児童相談所虐待対応ダイヤル　189（いちはやく）　24時間365日対応

子育てしんどいねん　どうしたらいいの?　こんなこと相談してもいいの?　これって、うちの子だけ?　イライラしてしまう!　誰かに話を聞いてほしい　学校に行きたくない　きょうだいのお世話で、家で宿題や勉強ができない

子育ての悩みや不安は、抱え込まずにご相談ください　いろいろな子育ての悩みや相談を家庭児童相談員、保育士、保健師がお受けします

保健福祉課（子育て支援室）　東住吉区役所2階28番窓口　06-4399-9733まで

（月）～（金）9時～17時30分

子育てに関する潜在的なリスクの減少を目的に、未就学児を対象とした自宅訪問や相談で子育ての状況を把握し、必要な情報提供や助言などの支援を行います。

保育施設や幼稚園等と相談しやすい関係づくりのために、訪問や面談を行います。

ラインでも相談を受け付けています。「親子のための相談LINE」（厚生労働省）

相談できる日時　毎日10時～20時（365日実施）

対象者　大阪府に住んでいるこどもと保護者

みんなで公園活用事業（パークファン）を「PARKJAM」イベント内で実施します!「リレーマラソン」や「熱気球体験」、公園の魅力を発見したさまざまな楽しい「パークファン」プログラムを多数実施します。

日時　11月25日（土）　10:00～15:00　場所　長居公園

問合せ　建設局公園緑化部調整課　電話　06-6615-6705　FAX　06-6615-6070　※問合せ可能日、可能時間（（月）～（金）　9:00～17:30）

■7面

ご存知ですか?子どもの居場所

子どもの居場所は、子ども食堂や学習支援、遊びなどの活動を通じて、子どもたちが安心して安全に過ごすことができる身近な場として、NPO法人、地域の団体、個人などが運営しています。

東住吉区役所は「子どもが輝き、みんながしあわせなまち」の実現に向けたまちづくりを進めており、子どもの居場所づくりの取組みを応援しています。

問合せ　保健福祉課（子育て支援）　2階28番　電話　06-4399-9885

東住吉区社会福祉協議会　食材・消耗品等の寄付・ボランティア等の応援はこちらへ　電話　06-6622-6611

あそびのてらこや　ハートフレンド

みんなで楽しめる体験活動や集団ゲームを取り入れて、遊ぶ力を高めます。

場所　桑津5-13-13（桑津小学校）

日時　第3（土）　10:00～11:30※行事により変更あり

費用　年会費2,000円　11回（8月休み）　電話　06-6719-6055

こどもの居場所サンフラワー

食事がメインの「こどもの居場所」です。たくさんのボランティアさんが作ったお弁当をみんなで一緒に食べます。

場所　桑津5-14-21（桑津会館）

日時　第3（土）　11:30～

費用　こども無料　大人200円　電話　06-6713-2871

きたたなべ子ども食堂

おにぎりやお弁当のテイクアウトで実施しています。食品等を無料で配付する日もあります。

場所　北田辺4-23-2

日時　第3（金）　18:00～

費用　こども100円　大人200円

電話　非公開　※区役所までお問合せ下さい。

たけとんぼこども食堂

盛り付けも工夫したお弁当をテイクアウトで。子どもたちに大好評で、準備した200食が足りなくなることもあります。

場所　北田辺6-2-20

日時　第1（月）　17:00～

費用　こども100円　大人300円　電話　090-8934-6312

ヨリドコピンポン（こども食堂）

土曜日は不定期でイベントなどを行なっています。子どもはもちろん、お母さんたちの居場所＝ヨリドコでもあります。

場所　山坂2-11-4

日時　（月）、（水）、（金）　16:00～　（土）　15:00～

費用　こども100円　大人200円　電話　080-9758-2600

NEW　こども食堂　ひだまり

子どもから高齢者まで、地域の皆さんが笑顔になれる「居場所」づくりをめざして活動しています!

場所　田辺3-19-35

日時　月1～2回（不定期）

費用　こども200円　大人300円　電話　070-4376-1228

田辺こども食堂　元気亭

朝ごはんのこども食堂です。メニューはおにぎりと具だくさんのお味噌汁。食後の歯磨きも済ませて、8時になったら、学校へ!

場所　田辺6-1-27（田辺会館）

日時　（月）～（金）　7:00～8:00、14:00～16:00

費用　こども無料　大人100円　電話　06-6622-7171

東田辺子どもなかよし食堂

5月から会食を再開しました!スペースを広くとり、規模を小さくして予約制で行なっています。

場所　駒川4-10-5（東田辺会館）

日時　第2（水）　17:00～（予約制）

費用　こども無料　大人300円　電話　06-6608-7621

南百ふれあい食堂

テイクアウトで開催しています。子どもたちの笑顔とありがとうの言葉を励みに頑張っています!

場所　湯里1-15-40（南百済小学校）

日時　第3（土）　12:00～

費用　こども無料　大人300円　電話　080-6185-8918

NEW　子ども食堂Hobart

子どもから高齢者まですべての人に「憩いの場」を提供し、世代間交流の場、教育や異文化交流の拠点となることをめざしています。

場所　鷹合4-1-30

日時　第3（土）　11:30～

費用　こども無料　大人300円　電話　080-1523-6537

わしんこども食堂

地域の皆さんに好評のおいしいお弁当を作っています。

場所　杭全7-8-31

日時　第2（土）　11:30～

費用　幼児無料　小学生100円　中学生以上300円　電話　06-7710-1080（予約優先）

やたちいき「子ども食堂」

一緒に食事をすることで子どもたちの「孤食」を改善し、子ども同士の繋がりをより一層深め、楽しく気軽に参加できる子ども食堂です。

場所　矢田5-13-9（ゆうあいセンター）

対象　やたなか小中一貫校の在校生のみ

日時　第4（木）　18:00～

費用　小学生・中学生100円　電話　06-6606-6606

子どもひまわり食堂

夏休みの子ども食堂は、会食で開催することができました。食事の後、みんなで遊ぶことも楽しみのひとつです。

場所　矢田3-8-7（矢田中ひまわり会館）

日時　不定期（学校の長期休み）

費用　こども無料　大人200円　電話　非公開※区役所までお問合せ下さい。

NEWやたなか＠ふたばの会

若者が中心となって環境教育も実施しながら活動しています。気軽に遊びに来てください!

場所　矢田3-8-7（矢田中ひまわり会館）

日時　毎週（火）　18:00～

費用　こども無料　大人300円　電話　06-7505-4435

矢田中学校　寺子屋食堂　矢田中学校　土曜寺子屋（学習）

場所　住道矢田9-7-55（矢田中学校）

日時　矢田中学校　寺子屋食堂　第3（土）12:00～

矢田中学校　土曜寺子屋（学習）　第3（土）10:00～

費用　無料　対象　矢田中学校在校生のみ

※行事により変更あり

電話　06-6702-5775

※寺子屋食堂・土曜寺子屋が開催できない間は、フードバンクからの支援食品を配付しています。希望者はどなたでも学校までご連絡ください。

矢田北ふれあい子ども食堂

矢田北小学校の児童を中心に、保護者や先生方も一緒に来られます。食事の後には「食育」も行なっています。

場所　照ケ丘矢田1-13-16（矢田北会館）

日時　第4（土）　11:30～

費用　こども無料　大人300円　電話　06-6797-6966

カレー食堂

4年ぶりに子ども食堂を再開することができました。屋外では、子どもたちがゲームをしてお土産もゲット!

場所　公園南矢田3-18-8（南部文化コミュニティーセンター）

対象　矢田西小学校区の方　日時　不定期

費用　こども無料　大人300円　電話　非公開※区役所までお問合せ下さい。

問合せ　保健福祉課（子育て支援）　2階28番　電話　06-4399-9885　FAX　06-6629-4580

ネットで便利!大阪市税

市税の納付については、スマートフォン等からインターネットを利用した納付が可能です。詳細については、大阪市ホームページでご確認ください。

問合せ　財政局税務部収税課収納管理グループ　電話　06-6208-7783　FAX　06-6202-6953　※問合せ可能日・時間　（月）～（金）9:00～17:30

■8面

なっぴーが教える東住吉区のマメ知識

毎年春には鶯（うぐいす）がやってきて、「ホーホケキョ」と鳴き声を聞かせてくれるよ。　10面へ

クラインガルテン広場「寄せ植え講習会」　クリスマス・お正月兼用　参加者募集!

SDGs　15　陸の豊かさも守ろう

12月17日（日）　①10:00～　②11:00～

花と緑の活動拠点「クラインガルテン広場」で、寄せ植え講習会を開催します。

飾りを付け替えるだけでクリスマス・お正月のどちらにも使える寄せ植えを作ります。

※小雨決行。※7:00に大阪市内で警報の発表があれば中止します。※車での来場はご遠慮ください。

場所　クラインガルテン広場（矢田1-16-22）

対象　市内在住の方

定員　①②ともに15名　※申込多数の場合抽選

参加費　2,000円（当日お支払い）

申込　（A）（B）どちらかの方法でお申込みください。　※参加者1名ずつお申込みください。

（A）　大阪市行政オンラインシステム（要事前登録）にログインのうえ、必要事項を入力

（B）　往復はがきに住所・氏名・ふりがな・電話番号・希望回（①②のどちらか）を記入して、

郵便番号546-8501　東田辺1-13-4　東住吉区役所区民企画課「寄せ植え講習会」担当へ

締切　11月21日（火）　（A）は17:00、（B）は必着

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

日本の伝統文化と遊ぼう!（いけばな・能楽・落語体験）

小学生を対象とし、「いけばな」「能楽」「落語」の体験ワークショップを開催します!体験ワークショップを通じ、日本の伝統文化を学びます。※11:00の時点で大阪市内に警報の発表があれば中止

・能楽（お能）体験　観世流能楽師シテ方を講師に招き、「能楽」に触れていただきます。『謡』の体験やクイズ等を通じ、「能楽」の魅力を楽しく感じていただけます!

・落語体験　手ぬぐいや扇子を使用して「落語」の表現方法を解説します!また、実際に短い落語を上演し、「落語」に触れていただきます!

・いけばな体験　講師に教わりながら実際に「いけばな」の作品を作ることを通じ、花と向き合い、楽しく「いけばな」について学びます。完成した作品は花器ごと自宅へ持って帰っていただけます!

日程　ワークショップ①　「お能といけばな!」12月16日（土）　14:00～15:00

ワークショップ②　「落語といけばな!」　1月14日（日）　14:00～15:00

場所　区民ホール（区役所3階）

対象　区内在住、在学の小学生

定員　①②各40名（保護者の見学可）※申込多数の場合抽選

参加費　①②各550円（教材費、保険料等）

申込　（A）（B）どちらかの方法でお申込みください。

（A）大阪市行政オンラインシステム（要事前登録）にログインのうえ、必要事項を入力

（B）往復はがきに参加希望回（「ワークショップ①」「ワークショップ②」もしくは両方）、参加者氏名、ふりがな、学年、住所、電話番号、メールアドレスを記入のうえ、

郵便番号546-8501　東田辺1-13-4　東住吉区役所区民企画課「芸術文化」担当へ

※往復はがきの返信面には応募者の郵便番号・住所・氏名をあらかじめご記入ください

※参加者1名ずつお申込みください。（ただし、きょうだいの場合に限り複数名申込可）

締切　11月24日（金）　（A）は17:00、（B）は必着

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

田辺大根の収穫体験inクラインガルテン広場

毎年開催している東住吉区限定のファミリークッキング（食育教室）を今年はリニューアル!第1弾は田辺大根の収穫体験・クイズ大会です。

田辺大根の収穫体験inクラインガルテン（収穫体験とクイズ大会）

日時　12月23日（土）　10:00～11:00

場所　クラインガルテン広場（矢田1-16-22）

対象　区内在住の小学生と保護者

定員　20組　費用　一人200円

申込　11月13日（月）～30日（木）　来庁または電話にて※申込多数の場合は抽選

問合せ・申込　保健福祉課（保健）　1階13番　電話　06-4399-9882　FAX　06-6628-1892

人権講演会　12月10日（日）　14:00～　詳しくは12月号で!

「あなたは大丈夫?～考えようインターネットと人権～」を開催します!

問合せ　区民企画課　5階54番　電話　06-4399-9908　FAX　06-6629-4564

第8回　田辺大根レシピコンテストのレシピを募集します!

なにわの伝統野菜「田辺大根」を使ったユニークで斬新なレシピを募集します。

申込　12月8日（金）まで

コンテストに関する問合せ　大阪城南女子短期大学現代生活学科「田辺大根レシピコンテスト」係　電話　06-6702-9783　FAX　06-6704-0996　メール　j-kawase@jonan.ac.jp

田辺大根とは・・・江戸時代から現在の東住吉区田辺を中心に栽培されていた大根。食べ頃は11月上旬から1月下旬。

去年の最優秀賞「ふわふわ大根ちぎりパン」

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

こども文化祭　日ごろの練習の成果を大きな舞台で披露してみませんか?

日時　令和6年1月21日（日）　13:00～

場所　区民ホール（区役所3階）

対象　区内在住の小学生（グループ・コンビ・個人を問いません）

内容　ダンス・コーラス・楽器演奏・演劇・漫才・落語・手品等舞台で発表できるものならジャンルは問いません。（持ち時間10分）

申込　11月21日（火）まで　電話にて

主催　東住吉区こども会育成連合会

問合せ申込　東住吉区こども会育成連合会　電話　090-9113-7062（会長・二宮）

後援　東住吉区役所　区民企画課　5階54番　電話　06-4399-9908　FAX　06-6629-4564

生涯学習文化祭in東住吉

各地域の生涯学習ルームや老人クラブの方々の、心のこもった舞台発表や作品展示が行われます。体験ワークショップや作品販売、お茶席もあり、どなたでも楽しめます!ぜひお越しください!

日時　12月3日（日）　10:00～14:00（終了予定）

場所　区民ホール（区役所3階）

入場料　無料※体験ワークショップやお茶席の参加費は別途必要

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

中央卸売市場東部市場　大阪東部　いきいき市場体験ツアー

市場施設の見学、青果・水産物の食材等の説明、仕入れ体験などができます。

日時　12月9日（土）　8:00～10:00

場所　中央卸売市場東部市場

定員　50名（定員を超えた場合は抽選）

申込　11月15日（水）まで

往復ハガキに応募者全員（4人まで）の氏名と年齢、代表者の住所と電話番号を書いて、

郵便番号546-0001　東住吉区今林1-2-68　水産卸売場棟3階　東部市場業務管理担当

までお申込みください。

問合せ　中央卸売市場東部市場　電話　06-6756-3901　FAX　06-6756-3905

借金問題解決のための日曜無料相談会　借金問題にお悩みの方は、この機会にぜひご相談ください。弁護士が面談にて対応します。

日時　12月10日（日）　10:00～16:30　場所　近畿財務局（中央区大手前4-1-76）

定員　24名（要予約）　申込　電話にて

問合せ　近畿財務局　相談窓口　電話　06-6949-6523　FAX　06-6949-6790

■12面

なっぴーが教える東住吉区のマメ知識

鶯（うぐいす）が、小学校校庭の水道のレモン石鹸をついばんでいくこともあるんだって!　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

問合せ　総務課（広報）　5階53番　電話　06-4399-9683

※年齢は撮影当時のものです。

これからも元気にたくましく大きくなってね!植村凛央（うえむら　りお）ちゃん（1歳7か月）　北田辺

これからも姉妹仲良く元気に育ってね!松井美澄（まつい　みと）、音澄（おと）ちゃん（3歳0か月、11か月）　田辺

生まれて来てくれてありがとう大好きだよ!　林柚璃（はやし　ゆずり）ちゃん（8か月）　山坂

元気にいてくれて有難う‼岡本珠愛（おかもと　すあ）、琉如（ろい）ちゃん（2歳10か月、1歳5か月）　矢田

これからも笑顔いっぱいで大きくなってね!島内千尋（しまうち　ちひろ）ちゃん（1歳10か月）　針中野

赤ちゃんコンサ―ト　秋　無料

忙しい日々からちょっとリラックスしませんか?赤ちゃんと一緒に生演奏を楽しみましょう!

日時　11月30日（木）10:30～11:00（受付開始10:15～）

場所　東住吉区子ども・子育てプラザ1階

対象　区内在住の0歳児（令和4年12月1日以降の生まれ）と保護者

定員　30組の親子（先着順）

持ち物　バスタオルなどの敷物

申込　11月10日（金）9:00～　大阪市行政オンラインシステムにて（要事前登録）※利用できない方はお問合せください。

演奏者　クラリネットアンサンブル『Hana』

赤ちゃんコンサート春の様子です

問合せ　保健福祉課（子育て支援）　2階28番

電話　06-4399-9733　FAX　06-6629-4580

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

11月1日（水）　令和5年6月20日～令和5年7月10日生まれ

11月22日（水）　令和5年7月11日～令和5年7月31日生まれ

●1歳6か月児健康診査

11月8日（水）　令和4年4月18日～令和4年5月8日生まれ

●3歳児健康診査

11月15日（水）　令和2年5月2日～令和2年5月26日生まれ

11月29日（水）　令和2年5月27日～令和2年6月20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

おはなしいっぱい　無料　申込不要

絵本の読み聞かせや手あそびで、一緒に楽しく過ごしましょう!

日時　11月8日（水）10:30～10:50

場所　子ども・子育てプラザ1階つどいの広場

定員　20組程度（乳幼児と保護者）

申込締切　当日定員になり次第

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　11月11日・18日・25日、12月2日（土）、11月9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　11月23日　第4木曜日　祝日

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!

『すしねずみ』　はらぺこめがね　作　ポプラ社

すしが大好きな6人組のねずみたち。すしネタを盗みにすし屋に忍び込みました。けれどもすしネタは強者ぞろい。反撃されてヨレヨレになったねずみたちの様子やつぶやきも細やかに描き込まれ、何度も見返して楽しめる絵本です。

11月　いっしょにかんたん!おやこレシピ

ロール♡はくさい

区食生活改善推進員協議会　担当　鷹合校区

栄養価（1人分）　エネルギー275kcal　食塩相当量2.1g

材料（4人分）

あいびき肉・・・300ｇ

はくさい・・・8枚（1枚50～60ｇくらい）

たまねぎ・・・中4分の1個

にんじん・・・20ｇ

しめじ・・・3分の1パック

サラダ油・・・小さじ1

ミニトマト・・・4個

刻みパセリ・・・好みで

A　パン粉・・カップ3分の1、牛乳・・大さじ2、卵・・1個、塩・・小さじ2分の1、こしょう・・少々

B　トマトソース（市販）・・約300ｇ、しょうゆ・・大さじ1、水・・カップ4分の3

作り方

①　はくさいは白い部分がやわらかくなるまでゆでてざるにあげ、水気を切り粗熱をとる。

②　たまねぎ、にんじん、しめじはみじん切りにしてサラダ油をひいたフライパンで炒め、冷ましておく。

③　ボウルにあいびき肉と②を入れ、Aを加えて粘りがでるまでよく混ぜあわせ、8等分にして俵型にする。

④　①を広げて③を包み、つまようじで止める。

⑤　鍋に④を並べ、Bと4等分に切ったミニトマトを加えて落しぶたをして中火にかけ、沸騰したら弱火で20分煮る。途中で2、3回上下を返す。

⑥　⑤を器に盛り、好みで刻みパセリをかける。

今回の「ロール♡はくさい」や「ロールキャベツ」を作る時は、ちょうど入るくらいの小さめの鍋を使うと形がくずれにくいよ

問合せ　保健福祉課（健診）　1階13番　電話　06-4399-9882

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X（旧ツイッター）

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

町会・自治会に加入しませんか?

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000474932.html

■3面

ナイター法律相談の開催について

https://www.city.osaka.lg.jp/shimin/page/0000385779.html

フードドライブ

https://www.city.osaka.lg.jp/kankyo/page/0000537035.html

自衛官等募集事務に係る対象者情報の資料提供について

https://www.city.osaka.lg.jp/shimin/page/0000530285.html

犯罪被害者相談

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

■4面

長居植物園

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

平野区画整理記念会館

https://kinen100.wixsite.com/kinen

東住吉区社会福祉協議会

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

東住吉会館

https://www.osakacommunity.jp/higashisumiyoshi-kaikan/

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

空家の管理・活用セミナー&個別相談会

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000609535.html

マイナンバーカード出張申請

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

産業交流フェア

https://sangyo-fair.info/

移動図書館

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

東住吉消防署

https://www.city.osaka.lg.jp/shobo\_higashisumiyoshi/

東住吉警察署

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

「安まちメール」に登録しましょうhttps://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000483852.html

■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

百歳体操を始めよう

https://www.city.osaka.lg.jp/fukushi/page/0000425655.html

特定健診

http://www.city.osaka.lg.jp/fukushi/page/0000370235.html

犯罪防止啓発街頭キャンペーン

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000266103.html

■6面

親子のための相談LINE

https://lin.ee/0LI95MT

パークファン

http://osakacitypark.jp/

PARK　JAM

https://nagairelay.jp/

■7面

市税Web口座振替受付サービス

https://www.city.osaka.lg.jp/zaisei/page/0000340537.html

■8面

クラインガルテンまつり申込

https://lgpos.task-asp.net/cu/271004/ea/residents/procedures/apply/a6f792cf-0d6b-4cad-8046-1a75e4488567/start

日本の伝統文化と遊ぼう!（いけばな・能楽・落語体験）

https://lgpos.task-asp.net/cu/271004/ea/residents/procedures/apply/8e02c37d-13a8-4f15-8807-e00cce737095/start

第8回田辺大根レシピコンテスト　レシピ募集

https://tandai.jonan.jp/info/20231004-01/

生涯学習文化祭

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000606777.html

■12面

東住吉区子育て応援ナビ

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

「広報東住吉なでしこ」に掲載するお子さんの写真を募集していますhttps://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000430436.html

赤ちゃんコンサート

https://lgpos.task-asp.net/cu/271004/ea/residents/error/8

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