■1面

広報　東住吉　なでしこ　12月号　2023年（令和5年）No.331

なっぴーが教える東住吉区のマメ知識

「田辺大根」は、なにわの伝統野菜!　2面へ

SDGs　3　すべての人に健康と福祉を　15　陸の豊かさも守ろう

農も!スポーツも!みんなで楽しもう　詳しくは6・7面へ!

（左から）レッドハリケーンズ大阪　東住吉区民アンバサダー　小村健太（こむらけんた）選手、髙井翔太（たかいしょうた）選手、杉下暢（すぎしたとおる）選手、井之上明（いのうえあきら）選手　撮影　クラインガルテン広場

12月号のおもな内容

1・6・7面　農も!スポーツも!みんなで楽しもう

2面　12月3日から9日は障がい者週間です

8面　区内の生涯学習関連施設を紹介します

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127,957人（男60,058人　女67,899人）

●世帯数64,386世帯（令和5年11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。年末年始の閉庁日については、11面をご確認ください。

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、12月24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

11～1月に旬を迎える、大阪市なにわの伝統野菜「田辺大根」。　4面へ

12月3日から9日は障がい者週間です

SDGs　3　すべての人に健康と福祉を

障がい者週間は、障がい者の福祉について関心と理解を深めるとともに、障がい者が社会、経済、文化その他あらゆる分野の活動に積極的に参加する意欲を高めることを目的として、設定されています。

くらしにスポーツを!

大阪市では、障がいのある人が、身近な地域で「いつでも、どこでも、だれでも」スポーツやレクリエーションを楽しむことができる生涯スポーツ社会の実現とともに、活動を通じて、地域で心豊かに暮らしていける環境づくりに取り組んでいます。東住吉区には、1974年に誕生し、まもなく半世紀を迎える日本初の障がい者専用スポーツ施設の「長居障がい者スポーツセンター」があり、日本の障がい者スポーツの歴史にもなっています。障がい者手帳等をお持ちの方やその介助者や家族、ご友人等と一緒にご利用できますので安心していろいろなスポーツを楽しんでください。

ボッチャ大会の様子

東住吉区から6名出場!!燃ゆる感動かごしま大会　特別全国障害者スポーツ大会　熱い鼓動　風は南から　2023

障がいのある人もない人も、誰もがスポーツを通じて喜びや感動を分かち合い、ふれ愛の絆を深めよう!

10月28日（土）から30日（月）まで鹿児島県で特別全国障害者スポーツ大会（愛称「燃ゆる感動かごしま大会」）が開催されました。大阪市選手団として、東住吉区から6名の選手が出場され、大会新記録を含む輝かしい成績を収められました!選手の皆さんは、長居障がい者スポーツセンターを中心に、常日頃からトレーニングを積み重ねておられます。

東住吉区在住選手の記録一覧　おめでとうございます!

個人競技

選手氏名　佐藤一恵(ｻﾄｳ ｶｽﾞｴ)　競技名　陸上競技　種目名　ソフトボール投げ　記録　8m79cm　順位　1位　種目名　50m　記録　12秒43　順位　1位

選手氏名　箕浦のどか(ﾐﾉｳﾗ ﾉﾄﾞｶ)　競技名　水泳　種目名　25mバタフライ　記録　14秒64　順位　1位　種目名　50m背泳ぎ　記録　33秒44　大会新記録　順位　1位　種目名　4×50mメドレーリレー　記録　2分00秒09　順位　1位

選手氏名　中川正一（ﾅｶｶﾞﾜ ｼｮｳｲﾁ）　競技名　アーチェリー　種目名　コンパウンド30mダブルラウンド　記録　643点　順位　3位

選手氏名　髙橋菜緒（ﾀｶﾊｼ ﾅｵ）　競技名　フライングディスク　種目名　アキュラシーディスリート・ファイブ　記録　8投　順位　1位　種目名　ディスタンスレディース・スタンディング　記録　26m87cm　順位　4位

団体競技

選手氏名　明山哲(ｱｹﾔﾏ ﾃﾂ)　競技名　バレーボール　記録　優勝

選手氏名　安東敏久(ｱﾝﾄﾞｳ ﾄｼﾋｻ)　競技名　グランドソフトボール　記録　交流戦3位

箕浦のどか選手　日々の練習を頑張っていたので、良い結果が出て嬉しかったです。来年も代表に選ばれるように頑張ります。

障がい福祉に関する相談窓口はこちら

東住吉区障がい者基幹相談支援センター（西今川2-3-8）　自立生活センター・ナビ

「東住吉区障がい者基幹相談支援センター」とは?

福祉サービスの利用援助、社会資源の活用、ピアカウンセリング介護相談、権利擁護のために必要な援助、専門機関等の情報提供等を行います。また、障がいのある方の賃貸契約による一般住宅への入居を支援するため、入居に必要な調整や家主等への相談・助言を行います。いずれも利用者負担はありません。

問合せ　電話　06-6760-2671　FAX　06-6760-2672

東住吉区保健福祉センター

障がい福祉サービス・手帳・医療の手続きの相談毎月第2金曜日は身体障がい者相談員に相談していただけます。（10:30～1時間程度）

問合せ　保健福祉課（福祉）　2階28番　電話　06-4399-9857　FAX　06-6629-4580

問合せ　保健福祉課　2階28番　電話　06-4399-9852　FAX　06-6629-4580

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

子育て（桑津地域）・防災訓練（南百済地域他）・矢田中学校ダンス部　編

先月、北田辺・南百済・湯里各地域の防災訓練に参加しました。南百済では災害対策本部の運営訓練も実施し有意義な気づきを得ておられました。北田辺・湯里では災害時の炊き出し・調理訓練も行われ、美味しい出来栄えに驚きました。別の日、桑津地域で子育て支援拠点事業を運営いただいている特定非営利活動法人ハートフレンドを訪問しました。２０年前に地域のお母様方が立ち上げた団体です。気軽に安心して親子が過ごせる温かな空間を毎日開催いただき有難い限りです。また、全国大会初出場を果たし銅賞受賞に輝いた矢田中学校ダンス部（現在は、矢田中学校・矢田西中学校生徒で編成された部活）へのお祝いにお邪魔しました。途中、近鉄電車高架下通路を清掃している方がおられお話を伺うと、ボランティアで毎日清掃しておられるとのことでした。一生懸命に努力している人、人知れず地域のために貢献している人、りっぱな実践を継続しておられる人などが当区にはたくさんおられ本当に感動いたします。

今年も様々な出来事があり心配される状況も続いていますが、新型コロナ感染がある程度落ち着き、久しぶりに少し穏やかな年の瀬を迎えます。本年、皆様から賜りましたご支援に深く感謝申しあげますとともに、ご家族お揃いでお健やかに新年をお迎えになりますことを心よりお祈り申しあげます。

北田辺　災害時に備えて訓練です

南百済　災害対策本部運営訓練です

湯里　救命訓練風景です

矢田にて

おめでとうございます！

特定非営利活動法人　ハートフレンド

みんな興味しんしんです　交流の場になっています　誕生日にはメダルをプレゼント！

２階は寺子屋です

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25.33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

国民健康保険のお手続きをお願いします

会社等の健康保険に加入したら忘れずに国民健康保険の脱退手続きをお願いします。

ご自分で手続きを行わない限り加入が続くため、国民健康保険料を請求し続けることとなります。お手続きは区役所・出張所の窓口の他、郵送でも受け付けますので、詳しく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

「本人通知制度」をご存知ですか?

大阪市では、住民票の写しなどが第三者に取得された事実を本人に通知することで、不正な請求を未然に防ぐとともに、市民の皆さんの人権やプライバシーを守ることを目的として、「本人通知制度」を実施しています。

「本人通知制度」のご利用には、お住まい（又は本籍地）の区役所（又は区役所出張所）での登録申請が必要で、郵便等でも受け付けます。

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

令和5年度　第2回東住吉区区政会議各部会を開催しました

9月15日（金）に安心つながり部会を、9月27日（水）に子育て教育部会を開催し、委員の皆さんから区政に対するご意見をいただきました。いただいたご意見は今後の区施策等に反映していく予定です。

【部会の検討テーマ】

・安心つながり部会

要援護者（地域において何らかの手助けを必要とする高齢者や障がい者）に対する見守り

・子育て教育部会

地域、まちで子どもたちの将来のために取り組めること

問合せ　総務課（事業企画）　5階53番　電話　06-4399-9976　FAX　06-6629-4533

令和6年東住吉区　「成人の日記念のつどい（はたちの祝い）」　無料　申込不要

東住吉区では、20歳を迎えられる皆さんをお祝いするため、令和6年東住吉区「成人の日記念のつどい（はたちの祝い）」を次のとおり開催します。対象となる皆さんは、ぜひご参加ください。

※同じ内容を2回制で開催します。

※原則、出身中学校区またはお住まいの中学校区に該当する開催回次にご出席ください。

日程　1月8日（月）祝日

時間　田辺・中野・矢田・矢田南・矢田西中学校区の方　11:00～11:45頃（10:30開場）

東住吉・白鷺中学校区の方　13:30～14:15頃（13:00開場）

場所　区民ホール（区役所3階）

対象　平成15（2003）年4月2日～平成16（2004）年4月1日生まれの方

主催　令和6年東住吉区成人の日記念のつどい（はたちの祝い）実行委員会・区役所

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

講師謝礼を助成します　社会教育関係団体対象学習会助成事業

人権や家庭教育に関する学習会に対して、講師謝礼等を助成する事業を実施しています。ぜひご活用ください!

対象　区内の幼稚園や学校の単位・合同PTA

区内で生涯学習や社会教育に関する活動を行なっている団体・グループ

条件　2月29日（木）までに実施する学習会で、1回1時間以上かつ広く区民を対象にするもの（参加者20人以上）。

申込　学習会実施日の1か月前まで

助成額　本市の「講師に係る謝礼金の取扱基準」に準じた額

助成額の上限　1団体・グループが複数回の助成を受けることも可能ですが、1団体あたり14,200円までの助成となります。

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

人権講演会「あなたは大丈夫?考えようインターネットと人権」

インターネット上の人権侵害は、一部の人だけに起こることではなく、使い方次第で誰もが被害者にも加害者にもなる可能性があります。正しいルールと知識を身に付け、人権尊重意識をもってインターネットを活用しましょう。　無料　申込不要　手話通訳あり

日程　12月10日（日）

時間　14:00～15:30（13:30開場）

場所　区民ホール（区役所3階）※車での来場はご遠慮ください。

講師　吉田惠子（よしだけいこ）氏（パソコンボランティアWing代表）

定員　400名※当日先着順

主催　区役所・東住吉区人権啓発推進協議会

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

2023年度　東住吉区小中学生　人権標語コンクール入選作品決定

主催　区役所・東住吉区人権啓発推進協議会

2,422作品（小学生1,532作品、中学生890作品）のご応募をいただき、審査の結果、次のとおり入選作品が決定しました。多数のご応募、ありがとうございました。

小学生の部

最優秀賞　鷹合小学校2年　梶原実桜（かじわら　みお）さん　「つなげよう　やさしい気もち　えがおのわ」

優秀賞　桑津小学校6年　坂井咲心（さかい　さこ）さん　「だれにでも　優しい心　思いやり」

優秀賞　鷹合小学校2年　障子沙希（しょうじ　さき）さん　「みつけよう　みんなあるある　いいところ」

佳作　矢田西小学校2年　加藤姫愛（かとう　きあら）さん　「せかい中の人にわる口は言わないようにしよう。」

佳作　矢田東小学校4年　西川海龍（にしかわ　かいり）さん　「いいことすれば　いいことおきる」

中学生の部

最優秀賞　白鷺中学校1年　椎本空良（しいもと　そら）さん　「人権の　重みは命と　同じだよ」

優秀賞　田辺中学校1年　片山陽夏（かたやま　ひなつ）さん　「いろんな色があるように、君は君でいいんだよ」

優秀賞　矢田西中学校3年　橋本梓（はしもと　あず）さん　「無意識に　言っちゃう言葉　無責任」

佳作　東住吉中学校3年　田畑悠道（たばた　はると）さん　「否定しない　自分と違う　考え方」

佳作　東住吉中学校3年　本間優友（ほんま　ゆゆ）さん　「一瞬の　言葉でできる　一生の傷」

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

「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

田辺大根は現在の東住吉区田辺地区を中心に、江戸時代に栽培がさかんになったといわれているよ。　6面へ

令和5年度　年末年始のごみ収集日程のお知らせ

普通ごみ

普段の収集曜日が（月）（木）の地域　12月25日（月）、28日（木）、1月4日（木）、8日（月）祝日

普段の収集曜日が（火）（金）の地域　12月26日（火）、29日（金）、1月5日（金）、9日（火）

普段の収集曜日が（水）（土）の地域　12月27日（水）、30日（土）、1月6日（土）、10日（水）

資源ごみ、容器包装プラスチック、古紙・衣類

普段の収集曜日が（月）の地域　12月25日（月）、1月8日（月）祝日

普段の収集曜日が（火）の地域　12月26日（火）、1月9日（火）

普段の収集曜日が（水）の地域　12月27日（水）、1月10日（水）

普段の収集曜日が（木）の地域　12月28日（木）、1月4日（木）

普段の収集曜日が（金）の地域　12月29日（金）、1月5日（金）

普段の収集曜日が（土）の地域　12月30日（土）、1月6日（土）

12月31日（日）から1月3日（水）までの収集はお休みさせていただきます

12月25日（月）～1月10日（水）は、普段よりごみの量が増えるため、収集時間が通常と変更になることがあります。すべてのお住いの収集地域について、収集日の「朝8時30分まで」に必ずごみをお出しいただきますようご協力をお願いします。なお、1日かけて収集しますので、すべての地域で「朝8時30分」からごみを収集するわけではございません。

収集曜日は普段と変わりません。

12月31日（日）～1月3日（水）の間の収集は、お休みさせていただきます。1月11日（木）からは普段どおりにごみをお出ししていただきますようお願いします。

■粗大ゴミ収集の申込受付

年内は12月28日（木）まで、年始は1月4日（木）から電話申し込みを受け付けます。

※申し込み状況により、年内に収集できない場合がありますので、早めにお申し込みください。

【ご家庭の固定電話】0120-79-0053（通話料無料）

受付日　（月）～（土）　9:00～17:00（祝日も受付しております）

【携帯電話】0570-07-0053（通話料有料）

【インターネット】24時間365日、いつでも申し込みできます

※「普通ごみ」と「資源ごみ」「容器包装プラスチック」「古紙・衣類」の収集日が同じ日になる場合は、少し離してお出しください。

問合せ　中部環境事業センター　電話　06-6714-6411　FAX　06-6714-7787

12月、1月、2月はねずみ防除強調期間

ねずみを防除するためには、ねずみの住みにくい環境づくりが大切です。防除のポイントは、進入経路を無くし、エサになるものを置かず、寝床を作らせないことです。

この機会に、ご近所の皆さんと一緒に効果的な防除対策を行いましょう。なお、保健福祉課（生活環境）では、防除方法の相談や「捕そかご」の貸し出しを行なっています。

お気軽にご相談ください。

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

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!

日時　12月10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月16日（土）、17日（日）　10:00～16:00

場所　駒川商店街コマステーション（駒川4-9-16）

※カードは区役所に必要書類を持参してお受け取りください。（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※12/29～1/3を除く）

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。

SDGs　3　すべての人に健康と福祉を

検診名　大腸がん検診

対象者　40歳以上の方

料金　300円

とき　2月9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　12月12日（火）から18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　12月19日（火）に抽せんを実施し、12月22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　2月9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　12月12日（火）から18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　12月19日（火）に抽せんを実施し、12月22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　2月4日（日）　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　12月12日（火）から18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　12月19日（火）に抽せんを実施し、12月22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　2月4日（日）　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　12月12日（火）から18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　12月19日（火）に抽せんを実施し、12月22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　12月22日（金）　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　12月11日（月）　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　12月11日（月）　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）

地域生活向上教室

統合失調症を中心とする精神障がいがある方を対象に、生活リズムを整え、日常生活を送りやすくすることや仲間づくりを目的に実施しています。内容は月によって異なります。コミュニケーションの練習（年3回）、調理実習（年1回）、簡単な運動や創作活動など。※参加には主治医の了解等必要な手続きがありますので、まずは精神保健福祉相談員にお問合せください。

日程　毎月第4火曜日　（変更あり）13:30～15:30

場所　区役所　料金　無料

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

●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

東住吉区地域自立支援協議会講演会　福祉×防災×コミュニティ　無料　手話通訳あり

3　すべての人に健康と福祉を

個別ひなん計画から「みんなで助かる」を考える

特別支援学校や福祉施設において、福祉防災計画の作成や訓練を中心としたマネジメント支援に取り組んでこられた経験をもとに「福祉防災」についてお話しいただきます。どんな障がいがあっても、その人の中にある力を信じ、当事者の力を中心に、多様な参画が実現された誰もが幸せを感じる地域コミュニティを創ることができる、そのきっかけとしての「福祉防災」を一緒に考えます。

日時　12月20日（水）　15:00～17:00（14:15開場）

場所　区民ホール（区役所3階）※車でのご来場はご遠慮ください。

講師　湯井恵美子（ぬくい　えみこ）氏

定員　150名（申込多数時抽選）

申込　12月14日（木）　17:30まで

（1）二次元コード

（2）電話　東住吉区障がい者基幹相談支援センター　電話　06-6760-2671　（月）～（金）　9:00～17:30

※（1）（2）いずれかの方法でお申し込みください。

※申込多数の場合のみ、12月18日（月）中に抽選結果をメールまたは電話で連絡します。

湯井（ぬくい）恵美子氏　プロフィール

（一社）福祉防災コミュニティ協会理事兼福祉防災上級コーチ。平成25、26年度に府立支援学校PTA協議会会長・顧問、平成28年度より大阪府教育委員会学校防災アドバイザー（特別支援学校担当）。特別支援学校や福祉施設の事業継続計画策定支援・訓練指導や、地域自治会、教育委員会等における防災啓発講話といった活動に取組む。

問合せ　保健福祉課（福祉）　2階28番　電話　06-4399-9926　FAX　06-6629-4580

防犯・防災

歳末警戒実施中!!12月1日（金）～12月31日（日）

東住吉警察署からのお知らせ

問合せ　電話　06-6697-1234

みんなで力をあわせて安全・安心まちづくり　油断せず、鍵かけ、声かけ、心がけ

年末における各種事件・事故の防止及び検挙活動を強化しています。師走には、歳末特有の現金を狙った犯罪や特殊詐欺の発生が予想され、飲酒運転も多発傾向にあります。みんなで力をあわせて安全・安心なまちづくりを実現しましょう。

東住吉消防署からのお知らせ

問合せ　電話　06-6691-0119

いのち輝く未来を守ろう火の用心　令和5年度　大阪市防火標語

歳末期は人の流入も増え、火気取扱いが増えることで火災危険が高まる時期となります。また、家のまわりに燃えやすいものを置かないようにし、家庭や地域における放火されない環境づくりを心がけましょう。火災のない街づくりにご協力よろしくお願いします。

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

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　12月5日・12日・19日・26日・1月9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）

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）

予約期間　相談日1週間前（相談日1週間前が閉庁日の場合はその全開庁日）の12：00～相談日前日17：00まで

※1月9日（火）実施分は12月28日（木）　12:00～1月8日（月・祝）　17:00まで

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　12月21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

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

税務相談

内容　一般的な税務相談

日時　12月13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　12月14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　12月20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

ナイター法律相談　定員32組　要予約

日時　1月23日（火）　18:30～21:00

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

予約　大阪市行政オンラインシステムにて

日曜法律相談　定員16組（先着順）　要予約

日時　12月24日（日）　13:00～17:00

場所　鶴見区役所（鶴見区横堤5-4-19）　平野区役所（平野区背戸口3-8-19）

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　12月15日（金）　12:00～23日（土）　17:00（24時間受付）

人権擁護委員による特設人権相談

日時　12月15日（金）　13:30～16:00

場所　福島区役所（福島区大開1-8-1）　平野区役所（平野区背戸口3-8-19）

問合せ　大阪第一人権擁護委員協議会　電話　06-4942-1489　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

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）　9：15～17：30

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

ごみの分別相談とフードドライブ

日時　12月12日（火）　14:00～16:00

場所　区役所正面玄関窓口案内横

※アルコール類などお預かりできない食品もあります

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

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?

日時　12月14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

施設情報

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　メール　higavc@sawayaka-c.ne.jp

災害ボランティアセンター体験ツアー

大規模災害発生時には、ヤンマーフィールド長居に災害ボランティアセンターが開設されます。東住吉区社会福祉協議会の職員と一緒に、災害ボランティアを体験してみませんか?

日時　12月16日（土）　13:30～16:00

定員　30名

場所　ヤンマーフィールド長居（長居第二陸上競技場）

対象　災害ボランティアセンターに興味のある方

参加費　無料　持ち物　飲み物・タオル（動きやすい服装）

申込　12月11日（月）まで　電話・メール・FAX・来館にて（先着順）

長居植物園（長居公園1-23）

問合せ　電話　06-6696-7117　FAX　06-6696-7405

天王寺動物園×長居植物園スタンプラリー

「動物と植物のつながり図鑑づくり」カリフォルニアアシカ編

同じ地球上に生きる「動物」と「植物」。実は、名前の由来や好きな食べ物、生息地、特徴などにさまざまなつながりがあるんです!そんな少しの「つながり」を学んでいただくための、スタンプラリーイベント。

日程　～12月17日（日）

料金　200円（入園料）

時間　9:30～16:30（入園は16:00まで）

東住吉会館（東田辺2-11-28）

問合せ　電話　06-6699-1100　FAX　06-6697-8080

お正月の生け花教室

講師の指導のもと、お正月用の花を活けます

日程　12月28日（木）　14:00～16:00

定員　20名　料金　4,000円（生花・鉢代含む）

持ち物　ハサミ、新聞紙、手袋、持ち帰り用袋

申込　12月6日（水）～　電話・来館にて（先着順）

平野区画整理記念会館（中野2丁目7-16）

問合せ　電話　06-6702-0513　FAX　06-6702-0519

第217回ひらの寄席

個性豊かな5人の落語が楽しめます!

日時　1月11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　1,100円（前売りは会館窓口、チケットぴあで発売中）

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

らくてん会　新春らくてん寄席

毎年恒例のらくてん会による新春らくてん寄席です。

日時　1月13日（土）　14:00～16:00（予定）

定員　各30名

持ち物　筆記用具

申込　12月22日（金）　10:30～窓口または電話にて（抽選）

東住吉図書館（東田辺2-11-28）

問合せ　電話　06-6699-7000　FAX　06-6699-3222

年末年始・休館のお知らせ

日程　12月29日（金）～1月4日（木）　※12月28日（木）　19:00～

1月4日（木）　9:00は、返却ポストもご利用いただけません。

移動図書館まちかど号　12月の巡回日

日時　12/14（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　12/16（土）　10:20～11:20　場所　中町会公園（杭全7-14）

日時　12/23（土）　11:25～12:05　場所　平野白鷺公園（今川6-7）

日時　1/5（金）　10:25～11:15　場所　矢田東小学校東門（住道矢田2-7）

日時　1/6（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　05-6539-3305

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。

■12月8日（金）　10:00～　矢田出張所西側駐輪場

■12月22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、7面

なっぴーが教える東住吉区のマメ知識

戦後、生産・流通環境の変化等により、田辺大根は一時市場から姿を消してしまうんだ。　8面へ

農も!スポーツも!みんなで楽しもう

東住吉区は、農地や大きな公園がある、自然豊かで気軽にスポーツに親しみ健康的な暮らしをおくれるまちです。南部には、花づくり・野菜づくりを通じたまちづくりを行っているクラインガルテン広場など、多くの農地が広がっています。

また、長居公園には、ヨドコウ桜スタジアムやヤンマースタジアム長居、ヤンマーフィールド長居など各種スポーツ施設があり、日々多くの方がスポーツを楽しんでいます。

SDGs　3　すべての人に健康と福祉を　15　陸の豊かさも守ろう

農　東住吉区は、農空間の保全、創出と農体験の促進に向けた取組みを進めています。

東住吉区は大阪市内で2番目に農地が多く、農体験できる場所や区内産の野菜を購入できる場所もたくさんあります。

クラインガルテン広場　花づくり、野菜づくりを通じて、緑を愛する地域のコミュニティの醸成をめざして平成21年度に開設しました。春・秋のイベントややさいづくり体験塾、園児の収穫体験や高齢者食事サービスなどへの野菜提供、公園・集会所への花苗の提供などを実施しています。ボランティアスタッフ募集中です。ご興味のある方は区民企画課（06-4399-9922）までご連絡ください。

クラインガルテン・東住吉　村上会長

村上会長インタビュー

Q　クラインガルテン広場を運営するうえで心がけていることはありますか。

A　スタッフ同士のコミュニケーションをよくとること、それぞれがリーダーシップを発揮すること、無理なく参加することを大事にしています。

Q　クラインガルテン広場で作業をしていて楽しいと感じることはありますか。

A　野菜や花が育っていく様子を見られること、収穫や開花の喜びを感じられることがうれしいです。また、野菜収穫体験をした園児やイベントにご参加された方に楽しんでいただけたとき、よかったなと思います。

私たちもクラインガルテン広場で野菜の収穫をしました!レッドハリケーンズ大阪（東住吉区民アンバサダー）

長居公園内の農のスポット誕生!長居公園内に農体験できる場所、野菜が購入できる店があります。

長居わくわくファーム　区内の農家が技術指導を行い、おやこ農業体験教室が開催されています。

OSSO　MARKET&KITCHEN　大阪や関西圏産を中心にこだわりの野菜を販売。区内産の野菜が並ぶことも!

ご存知ですか?

大阪市なにわの伝統野菜

100年以上前から大阪市内で栽培され、大阪の農業と食文化を支えてきた歴史、伝統をもつ野菜です。東住吉区では、区内発祥の田辺大根のほか金時人参や天王寺蕪などが栽培されています。

イベント情報

田辺大根フェスタ

田辺大根品評会が開催されるほか、田辺大根関連の商品販売や紙芝居、楽器の演奏も行われます。

日時　12月28日（木）　9:00～11:00頃

場所　法楽寺（山坂1-18-30）

主催　にんやか田辺（田辺大根ふやしたろう会）

後援　東住吉区役所

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

田辺大根レシピコンテスト

なにわの伝統野菜である「田辺大根」の素材を生かしたレシピを募集し、特に優秀な作品は料理研究家の佐川進先生に監修いただき、レシピ集として公開し、田辺大根の普及に活用されます。

日時　1月17日（水）　13:30～14:30

場所　大阪城南女子短期大学　本学第一学舎1階　学生ホール

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

おやこでクッキング（田辺大根・おさかな）

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2弾は田辺大根とおさかなのクッキングを開催します!東部市場からやって来る野菜や魚のプロのお話も聞くことができます!

対象　区内在住の小学生と保護者

1　おやこでクッキング　田辺大根バージョン（お話・調理実習・試食）

日時　1月13日（土）　10:00～12:30

場所　区役所　定員　9組

費用　大人500円　子ども300円

献立　和風大根カレー、とろっと大根、りんごゼリー

2　おやこでクッキング　おさかなバージョン（お話・調理実習・試食）

日時　1月20日（土）　10:00～12:30

場所　区役所　定員　9組

費用　大人500円　子ども300円

献立　いわしとトマトのチーズ焼、大根コンソメスープ、小さい大学いも、ごはん

申込　1、2各々でのお申込みになります。12月6日（水）～22日（金）に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　06-6629-1265

スポーツ　東住吉区では、「スポーツのまちづくり」を掲げ、区民の皆さんがスポーツを楽しむことを推進しています。

レッドハリケーンズ大阪や、セレッソ大阪・セレッソ大阪ヤンマーレディースとスポーツの推進、教育、広報などさまざまな分野において充実した活動を図るとともに、地域連携を積極的に推進し地域社会の発展をめざすことを目的に、連携協定を締結しています。

まちづくり　スポーツチームと連携協定

校門前で元気に「あいさつ活動」　「おはよう」「行ってらっしゃい!」子どもたちの通学の安全確保とあいさつ活動を行なっています。

夢をつかめ!「レッハリ未来授業」　レッドハリケーンズ大阪の選手が、ラグビーボールを使ったパス体験やラインアウト体験など小学校で体験授業を行なっています。

セレッソ大阪スポーツクラブのコーチが指導　令和6年度春に、市内公立中学校で初めて「やたなか小中一貫校」に開設される女子サッカー部を直接指導していただきます。

INTERVIEW（インタビュー）　大阪市や東住吉区と連携協定を締結している4つのプロスポーツチームの選手にインタビューしました!

セレッソ大阪　西尾　隆矢（にしお　りゅうや）　選手

［背番号］33　［身長］180cm　［ポジション］ＤＦ

［プロになった年度］2020年※2014年-2016年　セレッソ大阪U-15　※2017年-2019年　セレッソ大阪U-18

［好きな食べ物］お寿司

Q　サッカーを始めたきっかけを教えてください。

A　兄がサッカーをしていて、その送り迎えに親と一緒について行っていた時に、たまたま「少し参加してみませんか?」と誘われたのがきっかけです。

Q　サッカーを通じて伝えたいことはありますか?

感動、勇気、感謝です。僕が活躍することによって、サッカー少年だったり応援してくれている方々に、勇気や感動を伝えたいです。あとは、こうしてサッカー選手になれた事は、今まで出会った方々の支えがあったからこそなので、まずはその方々にサッカーを通して感謝しないといけないと思っています。

Q区民の皆さんへ一言お願いします。

A　是非お時間があればスタジアムにお越しください!感動と勇気、パワーを感じられると思います!セレッソ大阪の応援よろしくお願い致します!

セレッソ大阪ヤンマーレディース　中西　ふう（なかにし　ふう）　選手

［背番号］16　［身長］160cm　［ポジション］MＦ

［プロチームに入団した年度］2023年　［好きな食べ物］オムライス

Q　サッカーの選手になるために、1番大切なことは何ですか?

A　挑戦すること。

Q　サッカーを継続するにあたり心がけていることはありますか?

A　身体を大切にすること。

Q　サッカーを通じて伝えたいことはありますか?

A　チームメイトの大切さと挑戦することの意味を伝えたいです

Q　座右の銘を教えてください（理由も合わせてお願いします）。

A　I　can　do　it.（理由　自分を信じないと何もできないと思う）

Q　区民の皆さんへ一言お願いします。

A　セレッソ大阪ヤンマーレディースへの熱い応援よろしくお願いします!

レッドハリーケーンズ大阪　杉下　暢（すぎした　とおる）　選手

［身長］184cm　［ポジション］LO/FL/No.8　［プロになった年度］2015年

［好きな食べ物］ブロッコリー

Q　ラグビーの選手になるために、1番大切なことは何ですか?

A　常に情熱を持って全力でチャレンジし続ける事が一番大切です。

Q　ラグビーを継続するにあたり心がけていることはありますか?

A　身体が資本ですので、ケアや食事、疲労回復などにはこだわっています。

Q　ラグビーを通じて伝えたいことはありますか?

A　勝利のために身体を張り続ける自己犠牲の精神をお伝えしたいです。

Q　現在の目標を教えてください。

A　入替戦で勝利し、ジャパンラグビーリーグワンのディビジョン1へ昇格する!

Q　区民の皆さんへ一言お願いします。

A　今年もヨドコウ桜スタジアムで熱い試合をお届けします!応援よろしくお願いします!

大阪エヴェッサ　合田　怜（ごうだ　れい）　選手

［背番号］20　［身長］183㎝　［ポジション］ＰＧ、ＳＧ

［プロになった年度］2016年　※2016年1月～6月西宮ストークス

［出身］東住吉区　［好きな食べ物］カレーライス

Q　バスケットボールを継続するにあたり心がけていることはありますか?

A　バスケットボールを楽しむこと。仲間を大事にする気持ち。

Q　座右の銘を教えてください（理由も合わせてお願いします）。

A　為せば成る（理由　強い意志を持って行動すれば何事も成就できるように。憧れの上杉鷹山の言葉）

Q　日常生活で気を付けていることはありますか?

A　健康でいること。

Q　東住吉区のおすすめスポットを教えてください。

A　駒川商店街

Q　区民の皆さんへ一言お願いします。

A　人情味あふれる東住吉区民の皆さん!今バスケが熱いです。ぜひ会場に来てバスケを体感しに来てください!

区民応援デー

みんなで応援しよう!　無料もしくは優待価格で試合を観戦いただけます!条件や申込方法など詳しくはホームページをご確認ください。

レッドハリケーンズ大阪

日程　12月16日

場所　ヨドコウ桜スタジアム

対戦相手　日本製鉄釜石シーウェイブス

大阪エヴェッサ

日程　1月20日（土）　21日（日）

場所　おおきにアリーナ舞洲

対戦相手　横浜ビー・コルセアーズ

問合せ　総務課（事業企画）　5階53番　電話　06-4399-9976　FAX　06-6629-4533

大阪マラソン開催前に市内全域の清掃ボランティア活動を実施します。「きれいなまち」大阪をめざし、清掃活動にご参加ください！

１　区役所区民情報コーナーや環境事業センターなどで配布中のチラシ裏面の申込書に必要事項を記入し、ファックス、郵送または持参にて

2　大阪市行政オンラインシステムにて

期間　２月３日（土）～２月２３日（金）締切　１月９日（火）　問合せ　中部環境事業センター　電話番号　06-6714-6411　FAX　06-6714-7787

さぁ自宅でe-Tax!

確定申告書等作成コーナーからスマホで申告できます。画面の案内に沿って入力するだけで作成・送信。マイナポータル連携でデータをまとめて入力。確定申告書等作成コーナーの入力方法は動画でもご覧いただけます。

問合せ　東住吉税務署（平野西2-2-2）　電話　国税相談専用ダイヤル　0570-00-5901　受付時間　（月）～（金）　8:30～17:00（土日祝及び12月29日～1月3日を除く。）

■8面

なっぴーが教える東住吉区のマメ知識

でも残されていた種子で栽培が復活し、現在は普及活動も盛んに行われているよ。　10面へ

区内の生涯学習関連施設を紹介します!

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

生涯学習とは・・・資格の勉強をする、ダンスやスポーツ、語学や料理を習う等、生涯にわたって興味関心のあることを学ぶのが生涯学習です。

生涯学習ルームマスコットキャラクター「スタートル」

開催講座、開館時間や休業日、掲載内容についての詳細は、各施設のホームページ等をご覧ください。

東住吉会館（東田辺2-11-28）

問合せ　電話　06-6699-1100　FAX　06-6697-8080

会館の指定管理者が主催する講座やイベントのほか、体操・ダンス・外国語会話・書道等、約60グループのサークルが活動しています。

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

市内居住の60歳以上の方を対象に、健康に役立つ講座やレクリエーションを開催しています。

自然史博物館（長居公園1-23）

問合せ　電話　06-6697-6221　FAX　06-6697-6225

「自然と人間」をメインテーマに、動物、植物、昆虫、岩石、化石の標本など約1万点を展示しています。自然観察会や講演会、ワークショップなどのイベントを開催しています。

長居庭球場（長居公園1-1）

問合せ　電話　06-6698-1235　FAX　06-6698-1291

初めてラケットを握る方から上級者まで、日本プロテニス協会認定プロコーチを主体とするコーチングスタッフが丁寧に指導します。

長居ユースホステル（長居公園1-1　ヤンマースタジアム3階）

問合せ　電話　06-6699-5631　FAX　06-6699-5644

宿泊施設&貸し会議室です。旅行・合宿だけでなく、どなたでも会議や教室、イベントなどにご利用いただけます。

東住吉図書館（東田辺2-11-28）

問合せ　電話　06-6699-7000　FAX　06-6699-3222

赤ちゃんからご高齢の方まで、どなたにも親しんでいただける図書館をめざしています。東住吉区出身の作家、開高健の作品を集めたコーナーがあります。

東住吉区ボランティア・市民活動センター（田辺2-10-18）

問合せ　電話　06-6628-2020　FAX　06-6622-8973

ボランティア活動に興味・関心のある方、個人やグループで何か活動を始めたい方はぜひご相談ください。

花と緑と自然の情報センター（長居公園1-23）

問合せ　電話　06-6694-8788　FAX　06-6696-7405

自然の大切さや自然との共生のあり方についての関心を深めていただき、花と緑のあふれるうるおいのあるまちづくりを市民のみなさんとともに進めるため、設けられた施設です。

ヤンマースタジアム長居（長居陸上競技場）（長居公園1-1）

問合せ　電話　06-6691-2500　FAX　06-6691-2502

地上5階建てのスタジアムで、収容人数は5万人です。国際試合やコンサートで使用されています。開放的な天然芝では定期的に催し物を行なっています。

長居障がい者スポーツセンター（長居公園1-32）

問合せ　電話　06-6697-8681　FAX　06-6697-8613

障がい者スポーツの普及に向けて「いつでも、どこでも、だれでも」スポーツやレクリエーションを楽しむことができるよう、教室や講座を開催しています。

東住吉区子ども・子育てプラザ（東田辺2-11-28）

問合せ　電話　FAX　06-6699-3600

親子でゆったり遊んだり、お友だちと出会って交流を深めたり、気軽に集える『あそびの広場』です。子育て相談や季節行事、お誕生会なども開催しています。

フィットネス21東住吉スポーツセンター（公園南矢田4-30-3）

問合せ　電話　06-6694-4580　FAX　06-6694-4581

令和5年4月にリニューアルした冷暖房完備の屋内施設です。体育場（大小）と多目的室の貸出、各種教室やスポーツ開放DAYを開催しています。

長居プール（長居公園1-1）

問合せ　電話　06-6609-1580　FAX　06-6609-2335

一年を通して、プール・スタジオなどで各種教室を開催しています。※改修工事に伴い令和6年3月末日まで休館

ヨドコウ桜スタジアム（長居競技場）（長居公園1-1）

問合せ　ホームページをご確認ください

サッカーやラグビー等の試合のほか、スタジアムでの各種スポーツ教室やイベントを開催しています。

長居トレーニングセンター（長居公園1-1　ヤンマースタジアム内）

問合せ　電話　06-6699-8885　FAX　06-6699-8883

ダイエットや腰痛・肩こり、姿勢の改善が期待できるマシンを完備。マシンの使い方や運動メニューの作成など、初めての方でも安心のサポートが充実!

その他生涯学習に関する情報はこちらから!

生涯学習ルーム　区内14の小学校施設を利用し、学びの場、地域の方とのふれあいの場として、生涯学習ルームを開設しています。

グループ・サークル情報誌　地域の会館などで自主的に活動されているグループやサークルを紹介する情報誌です。さまざまな講座・教室（ダンス、語学等）を掲載しています。

生涯学習施設情報誌　区内の各施設で開催される講座やイベント情報を掲載しています。毎月15日発行です。ホームページでもご覧いただけます。

各種情報誌・チラシは区役所または区内施設に配架しています。ホームページでもご覧いただけます。　東住吉区　生涯学習　検索

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

固定資産税・都市計画税（第3期分）の納期限は12月25日（月）です。

問合せ　あべの市税事務所　固定資産税グループ　電話　06-4396-2957（土地）、06-4396-2958（家屋）　FAX　06-4396-2905　※問合せ可能日、時間　（月）～（木）　9:00～17:30、（金）9:00～19:00

■12面

なっぴーが教える東住吉区のマメ知識

ピリッとした辛味は薬味に最適!加熱すると甘くなるので煮物にも向いています。　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。

世界で一番大好きだよ　小林正治（こばやし　まさはる）ちゃん（5か月）　山坂

お兄ちゃんと仲良く大きく育ってね!　池末依茉（いけすえ　えま）ちゃん（5か月）　住道矢田

生まれてきてくれてありがとう。　岡本茅赤（おかもと　ちか）ちゃん（4か月）　桑津

莉仁の笑顔が大好き!元気に大きくなってね　窪莉仁（くぼ　りひと）ちゃん（9か月）　北田辺

毎日ニコニコ元気いっぱい!大好きだよ　田中咲里（たなか　えみり）ちゃん（2歳0か月）　公園南矢田

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

12月6日（水）　令和5年8月1日～令和5年8月20日生まれ

●1歳6か月児健康診査

12月13日（水）　令和4年5月9日～令和4年5月30日生まれ

●3歳児健康診査

12月20日（水）　令和2年6月21日～令和2年7月14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

子どもだって忘年会（区内在住の小学生対象）　無料

みんなで一緒にゲームを楽しもう!

日程　12月22日（金）　時間　15:00～15:30

場所　子ども・子育てプラザ1階　クラブ室

定員　10名程度（当日先着順）　持ち物　なし

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　12月9日・16日・23日、1月6日（土）　12月14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　12月28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!

『おちばのねどこでおやすみなさい』

カレン・ジェイムソン　文　マルク・ブタヴァン　絵　ほるぷ出版

少女と犬は晩秋の夕暮れ、森を散歩しながらクマやリスなど出会う動物たちとおやすみのあいさつを交わします。落ち着いた色彩の絵と、くり返しの多い優しい言葉にゆったりした気分になります。おやすみ前の1冊にいかがでしょうか。

12月　いっしょにかんたん!おやこレシピ

ホイルケーキで作るおいしいクリスマスケーキ

区食生活改善推進員協議会　担当　今川校区

栄養価（1人分）　エネルギー143kcal　食塩相当量0.4g

材料（6個分）

バター（マーガリン）・・45ｇ

砂糖・・・大さじ4

卵・・・1個

小麦粉・・・50ｇ

ベーキングパウダー・・小さじ6分の1

チーズ・・・50ｇ

飾り用　生クリーム、ココア、アラザン

ホイルケーキの作り方

1　ボウルにバターを入れて泡立て器でクリーム状になるまで混ぜる。

2　1に砂糖を加えて混ぜ、さらに割りほぐした卵を2，3回に分けて加え、よく混ぜ合わせる。

3　小麦粉とベーキングパウダーをあわせてふるう。

4　2に3を加えてさっくりと混ぜ、6等分にする。

5　15㎝角にカットしたアルミホイルを6枚用意し、中央にうすく油をぬって4をのせ、棒状に切ったチーズをおいてふんわりと包んで両端をきっちり折り込む。

6　5を蒸し器に並べて強火で20分蒸す。

7　6を皿にのせ、生クリーム・ココア・アラザンで飾る。

材料のチーズはとろけるタイプではない方がうまくできます!できたてもおいしいよ。

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

■3面

住民票の写し等の交付に係る本人通知制度について

https://www.city.osaka.lg.jp/shimin/page/0000289733.html

令和5年度東住吉区区政会議　配付資料・議事録

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000603814.html

令和6年「東住吉区成人の日記念のつどい（はたちの祝い）」の開催について

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000595256.html

「東住吉区社会教育関係団体対象学習会助成事業」を実施します

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000596686.html

人権講演会「あなたは大丈夫?～考えようインターネットと人権～」

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000604928.html

犯罪被害者相談

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

■4面

粗大ゴミ収集申込システム

https://ecolife.e-tumo.jp/kankyo-osaka-u/

マイナンバーカード出張申請

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

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

福祉×防災×コミュニティ～個別ひなん計画から「みんなで助かる」を考える～

https://forms.gle/q1DysXQHQSnT96mZ6

東住吉警察署

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

東住吉消防署

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

「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

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

東住吉区社会福祉協議会

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

長居植物園

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

東住吉会館

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

平野区画整理記念会館

https://kinen100.wixsite.com/kinen

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

東住吉図書館

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

移動図書館

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

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

農体験ができる市民農園等、農産物直売所等

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/category/3465-14-0-0-0-0-0-0-0-0.html

クラインガルテン広場

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/category/3465-5-0-0-0-0-0-0-0-0.html

長居公園

https://nagaipark.com/

大阪市なにわの伝統野菜について

https://www.city.osaka.lg.jp/keizaisenryaku/page/0000119574.html

第8回　田辺大根レシピコンテスト　レシピ募集

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

大阪市行政オンラインシステム

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

■7面

区民応援デー

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000610725.html

動画で見る確定申告

https://www.nta.go.jp/taxes/shiraberu/shinkoku/tokushu/tvcm.htm

国税庁確定申告書等作成コーナー

https://www.keisan.nta.go.jp/kyoutu/ky/sm/top?#bsctrl

■8面

東住吉会館

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

東住吉区老人福祉センター

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

自然史博物館

https://www.omnh.jp/

長居庭球場

https://tennis.nagai-park.jp/

長居ユースホステル

https://osaka-yha.or.jp/nagai/

東住吉図書館

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

東住吉区ボランティア・市民活動センター

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

花と緑と自然の情報センター

https://botanical-garden.nagai-park.jp/fgn-info-center/

ヤンマースタジアム長居（長居陸上競技場）

https://nagaipark.com/stadium/#area1

長居障がい者スポーツセンター

http://fukspo.org/nagaissc/

東住吉区子ども・子育てプラザ

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

フィットネス21東住吉スポーツセンター

https://fitness21.or.jp/jigyo-shitei/shitei\_higashisumiyoshisc/

長居プール

https://pool.nagai-park.jp/

ヨドコウ桜スタジアム（長居競技場）

https://www.sakura-stadium.jp/

長居トレーニングセンター

https://training.nagai-park.jp/

生涯学習ルーム

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000594394.html

グループ・サークル情報誌

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000607885.html

生涯学習施設情報誌

https://www.city.osaka.lg.jp/higashisumiyoshi/page/0000595781.html

大阪市税の納期限等

https://www.city.osaka.lg.jp/zaisei/page/0000006938.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

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