

子どもとのふれあい

幼児期図書ボランティア募集 **無料**

東淀川図書館を拠点として区内の保育所・幼稚園等で活動中のボランティアグループに参加し、絵本の読み聞かせ等をしてくださる方を募集します。下記の講座(全6回)を受講してください。

①7/17(金) ②7/31(金) ③8/7(金) ④8/14(金) ⑤9/2(水) ⑥10月頃(予定)
①②③④10:00~12:00 ⑤13:30~16:00(定例会) ⑥午前中(活動見学)

場所 ①②③④は中央図書館5階 会議室 ⑤東淀川図書館 多目的室

定員 5名(先着順)

申込み 7/3(金)までに申込み 東淀川図書館 ☎6323-5476

一時保育 ①②③④は一時保育有(1歳半~就学前)。中央図書館利用サービス担当 ☎6539-3326へ7/3(金)までに申込み

問合せ 東淀川図書館(東淡路1-4-53) ☎6323-5476



健康レシピ 野菜たっぷり減塩生活を!!

豚肉の野菜巻き



- ①豚肉は長い方の辺を少し重ねて縦長に形を整え、塩、こしょうをふっておく。
- ②きゃべつ、にんじん、ピーマン、エリンギ、しょうがは、せん切りにする。
- ③フライパンに油を熱し、②を炒める。
- ④③の野菜を等分して、①の肉の手前に置き、くるくると巻く。
- ⑤Aを混ぜ合わせておく。
- ⑥フライパンに油を熱し、④の巻き終りを下にして、転がしながら、全体に焼き色を付け、蓋をして中まで火をとおす。
- ⑦⑥に⑤を加えて全体にからめ、照りをつける。
- ⑧ブロッコリーは子房に分けて、ゆでる。トマトはくし形に切る。
- ⑨器に食べやすい大きさに切った⑦、⑧を盛りつける。



●材料4人前

- 豚もも肉.....240g
- 塩.....少々
- こしょう.....少々
- きゃべつ.....1/4玉
- にんじん.....1/3本
- ピーマン.....1個

- エリンギ.....1/2本
- しょうが.....1かけ
- 油.....大さじ1
- しょうゆ.....大さじ1
- みりん.....大さじ1
- 酒.....大さじ1
- ブロッコリー.....1/4株
- トマト.....1個

1人分の栄養価 エネルギー185kcal 食塩相当量0.9g
(考案)区食生活改善推進員協議会

問合せ 区役所保健福祉課 2階22番 ☎4809-9882

中級者向け

写真や動画をお気に入りの形に!

撮影した写真や動画を楽しく編集! DVDにして残そう

日時 6/21・28(日)10:00~15:00 **定員** 10名(多数抽選)

費用 6,700円(教材費)

対象 PC(Windows7以上)持ち込みできる方

申込み 往復はがきに講座名・〒住所・名前・年齢・連絡先電話番号を記入のうえ、6/14(日)までに申込み

場所 問合せ 区民会館(東淡路1-4-53) ☎6379-0700



大阪市がん検診

ぜひ受診を!

無料 クーポン券 を送付します

6月中旬以降に下記の対象年齢の方にお送りします。

●子宮頸がん検診対象者

20歳 【平成6年4月2日~平成7年4月1日】

●乳がん検診対象者

40歳 【昭和49年4月2日~昭和50年4月1日】

●大腸がん検診対象者

40歳 【昭和49年4月2日~昭和50年4月1日】

45歳 【昭和44年4月2日~昭和45年4月1日】

50歳 【昭和39年4月2日~昭和40年4月1日】

55歳 【昭和34年4月2日~昭和35年4月1日】

60歳 【昭和29年4月2日~昭和30年4月1日】

問合せ がん検診専用電話 ☎6208-8250 FAX6202-6967



特殊詐欺 こんな言葉に気をつけて

「お金がらみの話で」心を動かされても...
このような言葉が出てきたら「詐欺」を疑いましょう!

「息子の名前などをかたり、トラブル解決の費用を要求」 **オレオレ詐欺**

「架空のアダルトサイトの利用料の未払い金などを請求」 **架空請求詐欺**

「区役所職員をかたり、還付金や給付金の支給を装って、

ATMの操作をせかす」 **還付金等詐欺**

「融資すると言って、保険金や手数料名目で
お金を要求する」 **融資保証金詐欺** などなど...



慌てず、悩まず、すぐ確認!

もし、疑わしい電話がかかってきた場合は、
一人で悩まず、ご家族・区役所・警察へ必ず確認してください。

問合せ 区役所市民協働課 1階9番 ☎4809-9915

東淀川警察署 ☎6325-1234

子どもが学ぶ教科書、見てみませんか?

市立学校で使用する教科書に対する保護者や地域の皆さんの関心に応えるため、平成28年度から中学校で使用する教科書(見本)を展示します。

教科書は、教育委員会で4年に一度採択されます。今回展示するのは、

現在の小学校3年生から中学校2年生が中学校で使用する教科書です。

なお、平成27年度から小学校で使用している教科書(見本)も展示します。

期間 6月2日(火)~7月8日(水)9:00~17:30(土・日除く)

場所 区役所2階 保健福祉センター

出張所2階(東淡路4-15-1)

※事前申込み不要。貸出はできません。

問合せ 教科書の展示場所に関すること

区役所保健福祉課 2階25番 ☎4809-9517

教科書採択・教科書センターに関すること

教育委員会中学校教育担当 ☎6208-9187

アンケートにご協力ください

ご意見を備え付けの回収箱にお入れください。教育委員会に届けます。



6月は「就職差別撤廃月間」です

しないさせない 就職差別



就職差別110番

採用面接時等の差別について、相談、関係機関の紹介等を行います。

期間 6/17(水)~19(金)10:00~18:00

☎6210-9518(大阪府商工労働部雇用推進室)

☑rosei-g04@sbox.pref.osaka.lg.jp(メールでの相談受付は6月中随時)

特設人権相談所を開設します **無料** **予約不要**

法務大臣から委嘱された人権擁護委員が悩みごと、困りごとをお聞きします。
無料・秘密厳守。お気軽にお越しください。

日時 6/19(金)13:30~16:00 **場所** 区役所1階 相談室

問合せ 大阪第一人権擁護委員協議会 ☎6942-9496 FAX6943-7406

広告掲載枠