



くらしの相談



内 容	日 時	場 所	予約・受付・問合せ
法律相談 定員8名(組)／先着 ※1名(組)30分以内(相談後に弁護士が記録を作成する時間や入れ替わりの時間なども含みます。) 要予約(電話)	12月3日(水)、 10日(水)、17日(水)、 24日(水) 13時～17時	区役所6階	予約専用AI電話 ☎050-1808-6070 予約受付 相談日の1週間前の12時～当日の10時まで(24時間受付) ☎ 総務課(企画調整) ☎6647-9683
行政相談 (国の行政全般の苦情・要望) 予約不要	12月10日(水) 10時～12時		☎ 総務課(企画調整) ☎6647-9683
行政書士による相談 (相続、入管、帰化など) 予約不要	12月5日(金) 13時～15時		
社会保険労務士による相談 (労働、年金、保険など) 予約不要	12月18日(木) 13時～16時	区役所3階	☎ 保健福祉課(子育て支援) ☎6647-9895 ☎6644-1937
ひとり親家庭相談 (離婚前相談を含む) 要予約(電話・行政オンラインシステム)	毎週火・木曜 9時15分～17時30分 (祝日・年末年始を除く)		
くらしの困りごと相談 予約不要	9時～17時30分 (土日祝日・年末年始を除く)	区役所4階	くらしサポートセンターなにわ ☎6536-8861 ☎6536-8864
専門相談員による人権相談 (メール・電話・ファックス・面談)	人権啓発 相談専用電子メールアドレス ☎7830@osaka-jinken.net 相談センター 相談専用電話 ☎6532-7830 なやみゼロ ☎6531-0666 平日9時～21時、日曜・祝日9時～17時30分(土曜日・年末年始(12/29～1/3)を除く)		

Cooking



今月の健康レシピ

レシピ考案：大手前大学実習生



さつまいもぜんざい

栄養価(1人分) エネルギー：359kcal 食塩相当量：0.7g

ゆで小豆缶を使用して、手軽においしく作ることができる冬のおやつです。小豆は食物繊維やたんぱく質が豊富なほか、ビタミンB群や鉄分、ポリフェノールなどを含み、体に嬉しい栄養素がたっぷりの食材です。食物繊維やビタミンCが豊富なさつまいもを入れて、ほくほく感をプラスしました。いつもと違うぜんざいを食べてみてください。

材料(2人分) ・さつまいも … 80g ・砂糖 …… 大さじ2
・ゆで小豆缶 …… 1缶(160g) ・塩 …… ひとつまみ
・水 …… 150ml ・切り餅 …… 2個

作り方 ①さつまいもは皮をむき、1cm角に切る。耐熱ボウルに入れ、ラップをし、電子レンジ(600W、3分)で加熱する。
②①に小豆缶、水、砂糖、塩を入れて混ぜ、ラップをして電子レンジ(600W、3分)で加熱する。
③オーブントースターで切り餅を焼き、焼き目をつける。
④器に③を盛り、②をかける。

※ご家庭の電子レンジに合わせて加熱時間を調整してください。

Book



浪速図書館のおすすめ図書

しごとをみつけたサンタさん

スティーヴン・クレンスキー／著 S.D. シンドラー／絵 こみや ゆう／訳 好学社
(大阪市立図書館タイトルコード：1000015432434)

サンタさんは若いころ、煙突掃除や郵便配達、動物園などの仕事に精を出す、どれももうまいかずクビになる。職を転々とするうちに、彼はトナカイや小人と仲良くなる。それまでの経験を生かして、サンタがプレゼントを配るようになるまでをユーモラスに描く。町の人々や動物が表情豊かで笑いを誘う、楽しいクリスマス絵本だ。

大阪市立図書館「こどものほんだな」より



問 合 浪速図書館(敷津西1-5-23) ☎6632-4946 ☎6632-4973

Library



移動図書館「まちかど号」巡回日

図書館が近くにない方もぜひご利用ください。

日 時 12月16日(火) 11時10分～11時55分

場 所 市営日東住宅2号館集会所前(日本橋東3-5)

問 合 大阪市立中央図書館自動車文庫

☎6539-3305

☎6539-3336



歳末警戒実施中

期 間 12月1日(月)～31日(水)

消防だより



火災予防にご協力をお願いします

年末を迎え、慌ただしい時期となりました。消防署では、地域の皆さんが安全に新年を迎えられるよう、今年も『歳末警戒』を実施しております。毎年、寒さが増し空気が乾燥するこの時期は、火災が発生しやすくなります。特に年末は、暖房器具や調理、照明など火を使う機会が増加しますので、次の点にご注意ください。

ご 注 意

- ① ストーブやヒーターの周囲に燃えやすいものを置かないようにしましょう。
- ② 台所での調理中はその場を離れず、火元の管理を徹底しましょう。
- ③ 住宅用火災警報器の点検や交換もこの機会に行いましょう。
- ④ 年末の大掃除で、コンセント周りや電化製品の水ホコリを取り除きましょう。



詳細は
こちら

問 合 浪速消防署(地域担当)

☎6641-0119 ☎6634-0119



警察だより



年末は防犯対策を万全に！

師走は何かと慌ただしく、身の回りの防犯対策がおろそかになりがちです。平穩に新年を迎えるためにも、地域ぐるみで自主防犯意識を高め、事件や事故にあわないように注意しましょう！

- 内 容**
- 特殊詐欺・SNS型投資・ロマンス詐欺の被害防止
 - 子どもと女性の犯罪被害防止
 - 自動車関連犯罪の被害防止
 - 金融機関・コンビニエンスストアに対する警戒活動強化
 - 交通死亡・重傷事故抑止活動の強化

地区名	特殊詐欺、性犯罪、自動車関連犯罪(10月中)	
	認知状況	検挙状況
難波元町	SNS型投資詐欺(湊町1)公然わいせつ(湊町1)不同意わいせつ(元町3)車上ねらい(難波中1、難波中2)部品ねらい(元町3)	不同意性交など(難波中1)【R7.7認知】
立 葉	車上ねらい(久保吉2)	
幸 町		
塩 草	部品ねらい(塩草2、桜川12)	
浪 速	部品ねらい(浪速東2、浪速東3)車上ねらい(浪速東3)	
大 国	特殊詐欺(大国2、大国3)	
敷 津	SNS型投資詐欺(敷津西2)	
恵 美	特殊詐欺(恵美須西2)不同意わいせつ(恵美須西3)2件	
新世界	不同意性交など(恵美須東1)不同意わいせつ(恵美須東2)痴漢(恵美須東2)	不同意わいせつ(恵美須東3)【R7.8認知】
日 東	車上ねらい(日本橋5)	不同意わいせつ(下寺3)【R7.7認知】
日本橋	不同意わいせつ(日本橋3、日本橋4、日本橋東2)車上ねらい(日本橋東1、日本橋東2、日本橋西1、難波中2)	

問 合 浪速警察署

☎6633-1234 ☎6645-5862