

くらしの相談

◆区役所での相談 無料

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。)	8月5日(水)、19日(水)、 26日(水)、9月2日(水) 13時～17時	6階	予約専用 ☎ 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(AIによる24時間受付) 区 総務課(企画調整) ☎ 6647-9683
不動産相談 (要予約(電話))	8月18日(火) 13時～16時		区 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)	8月12日(水) 10時～12時		
行政書士による相談 (相続、入管、帰化など) (予約不要)	8月7日(金) 9月4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)	8月20日(木) 13時～16時	3階	区 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9時15分～17時30分 (祝日・年末年始を除く)		区 市民協働課(教育・学習支援) ☎ 6647-9743 ☎ 6633-8270
人権相談 (面談、電話) (予約不要)	9時～17時30分 (土日祝・年末年始を除く)	6階	くらしサポートセンターなにわ ☎ 6536-8861 ☎ 6536-8864
くらしの困りごと相談 (予約不要)		4階	

◆その他の相談 無料

内 容	日 時	場 所	問合せ
日曜法律相談 定員16名(組)／先着 (要予約(電話))	8月23日(日) 13時～17時	大正区役所(大正区千島2-7-95) 城東区役所(城東区中央3-5-45)	大阪市総合 コールセンター ☎ 4301-7285 ☎ 6373-3302
犯罪被害者等支援のための 総合相談窓口 (予約不要)	9時～17時30分 (土日祝・年末年始を除く)	市民局人権企画課(市役所4階)	☎ 6208-7489 ☎ 6202-7073
専門相談員による 人権相談 (要予約)	人権啓発・相談センター (メール・電話・ファックス・面談) 平日9時～21時、日・祝9時～17時30分(土曜・年末年始(12/29～1/3)を除く)	相談専用電子メールアドレス ☎ 7830@osaka-jinken.net 相談専用電話 ☎ 6532-7830 なやみゼロ ☎ 6531-0666	

今月の
健康レシピ

**ズッキーニとチキンの
ベーコン巻き**

レシピ考案：大阪公立大学実習生
栄養価(1人分) エネルギー：182kcal
食塩相当量：1.2g

にんにくやオリーブオイルの風味が食欲をそそる、ボリューム満点の1品です。お弁当のおかずにもぴったりです。ズッキーニのとろけるような食感とパプリカのシャキシャキ感を楽しんでください。

材料 ベーコン(薄切り) ……6枚 にんにく …… 1片
(2人分) ささみ(筋なし) ……2本 塩こしょう …… 少々
 ズッキーニ …… 1/2本 オリーブオイル …… 大さじ2
 黄パプリカ …… 1/2個

作り方 ① ささみは斜め3等分に切る。ズッキーニ、パプリカは縦に6等分に切る。にんにくはすりおろす。
② ささみ、ズッキーニをボウルに入れ、にんにく、塩、こしょう、オリーブオイルを加えて5分程漬ける。
③ ベーコンで①②を巻き、爪楊枝で固定する。
④ フライパンに③を並べ、中火で焼く。
⑤ 焼き色がついたら弱火にし、ふたをして、具材に火が通るまで加熱する。

浪速区
図書館だより

つよぼんのえほんげきじょう

絵本BARガブの店長つよぼんによる、大型絵本の読み聞かせなどをお楽しみください。
昔子どもだった大人の皆さんもぜひどうぞ。

日 時 8月23日(日) 16時～16時30分

場 所 浪速図書館 会議室

対 象 どなたでも

定 員 30名(先着順)

講 師 つよぼん

無料 申込不要

詳細はこちら

おすすめ図書

はじめてのうみ

山下 明生／文 くすはら 順子／絵 ひさかたチャイルド
(大阪市立図書館タイトルコード：1002000045626)

女の子は初めて海を訪れた。兄から聞いていたのは、水平線の向こうにある雲の国。浮き袋をつけて兄と海に出ると、入道雲がウマやクマの形で湧き出し、リュウまで現れた。少女の視点を通した海での一日は新鮮で、わくわくする。にわか雨や水平線の光など天候によって変わる海の姿を、様々な青の色調を用いて描いている。

大阪市立図書館「こどものほんだな」より

消防だより

台風に備えよう！

台風シーズンを迎えるにあたり、十分な備えをされているでしょうか？近年は被害が甚大化し、毎年被災地のニュースが流れています。ハザードマップを確認するなど、しっかりと備えをしましょう。また5月28日より気象の警報などが大きく変わりました。下記表のとおりですので、災害に応じた行動を取りましょう。

	河川氾濫	大雨	土砂災害	高 潮
警戒レベル5相当	レベル5 氾濫特別 警報	レベル5 大雨特別 警報	レベル5 土砂災害 特別警報	レベル5 高潮特別 警報
警戒レベル4相当	レベル4 氾濫危険 警報	レベル4 大雨危険 警報	レベル4 土砂災害 危険警報	レベル4 高潮危険 警報
警戒レベル3相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害 警報	レベル3 高潮警報
警戒レベル2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害 注意報	レベル2 高潮注意報
警戒レベル1	早期注意情報			

気象庁
ホームページ

大阪市
ホームページ

問 合 浪速消防署(地域担当)
☎ 6641-0119 ☎ 6634-0119

警察だより

特殊詐欺に注意を!!

特殊詐欺被害防止のため、携帯電話に詐欺対策アプリをインストールして予防しましょう。二次元コードを開くと警察庁のホームページが開きます。アプリをダウンロードして詐欺対策を強化しましょう。

みんなでとめよう!!
国際電話詐欺

警察庁
推奨アプリ

地区名	特殊詐欺、性犯罪、自動車関連犯罪 認知状況 (6月中)
難波元町	難波中1・湊町1で不同意性交等、難波中3・元町2で車上ねらいが発生。
立 葉	認知情報はありません。
幸 町	幸町1・幸町2で車上ねらいが発生。
塩 草	桜川1・桜川2で車上ねらい、塩草1・塩草2・塩草3・稲荷2・桜川2で部品ねらいが発生。
浪 速	浪速東1で特殊詐欺、浪速東3・浪速西1で車上ねらい、浪速東2・浪速西1で部品ねらいが発生。
大 国	戎本町1で不同意性交等、戎本町2で車上ねらいが発生。
敷 津	敷津西2で特殊詐欺、敷津東2・敷津東3で車上ねらいが発生。
恵 美	認知情報はありません。
新世界	恵美須東3で車上ねらいが発生。
日 東	認知情報はありません。
日本橋	難波中2で特殊詐欺、不同意わいせつ、車上ねらい、日本橋東1・日本橋西1で不同意わいせつ、日本橋3で部品ねらい、日本橋東4で車上ねらいが発生。

問 合 浪速警察署 ☎ 6633-1234

移動図書館
「まちかど号」巡回日

じゅんかいび

図書館が近くにない方もぜひご利用ください♪

日 時 8月18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