



くらしの相談

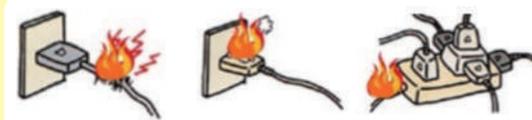


内容	日時	場所	予約・受付・問合せ
法律相談 定員8名(組)/先着 ※1名(組)30分以内(相談後に弁護士が記録を作成する時間や入れ替わりの時間なども含みます。)	3月4日(水)、11日(水)、18日(水)、25日(水)、4月1日(水) 13時~17時		予約専用AI電話 ☎050-1808-6070 予約受付 相談日の1週間前の12時~当日の10時まで(24時間受付) ☎総務課(企画調整) ☎6647-9683
行政相談 (国の行政全般の苦情・要望)	3月11日(水) 10時~12時	区役所6階	
行政書士による相談 (相続、入管、帰化など)	3月6日(金) 13時~15時		☎総務課(企画調整) ☎6647-9683
社会保険労務士による相談 (労働、年金、保険など)	3月19日(木) 13時~16時		
ひとり親家庭相談 (離婚前相談を含む)	毎週火・木 9時15分~17時30分 (祝日・年末年始を除く)	区役所3階	☎保健福祉課(子育て支援) ☎6647-9895 ☎6644-1937
人権相談 (面談、電話)		区役所6階	☎市民協働課(教育・学習支援) ☎6647-9743 ☎6633-8270
くらしの困りごと相談	9時~17時30分 (土日祝・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
犯罪被害者等支援のための総合相談窓口		市民局人権企画課(市役所4階)	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 (メール・電話・ファックス・面談)	人権啓発・相談センター 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 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)		

消防だより

春の火災予防運動を実施します!

3月1日(日)~3月7日(土)までの1週間実施します。最近の火災原因で増えてきたのが「電気配線類・電気製品」を原因とする火災です。この機会に一度電気配線などの点検をしてください。



劣化したものを使用しない

プラグにほこりをためない

タコ足配線をしな



コードをたばねない

重いものをのせない

消してないよ!

問合せ 浪速消防署(地域担当)
☎6641-0119 ☎6634-0119



警察だより 4月6日(月)~15日(水)

春の全国交通安全運動

一般運転者講習会を実施します【受付は18時30分~】

日時	場所
3月17日(火) 19時~20時	日東雲井橋会館(下寺2-7-13)
3月18日(水) 19時~20時	木津川コミュニティセンター(木津川1-5-12)
3月19日(木) 19時~20時	大国集会所(大国3-10-22)
3月24日(火) 19時~20時	浪速地域ネットワーク事務所(浪速東3-8 浪速南公園集会所内)
3月25日(水) 19時~20時	難波元町小学校 多目的室(元町1-5-30) ※東門からお入りください

地区名	特殊詐欺、性犯罪、自動車関連犯罪(12月中)	
	認知状況	検挙状況
難波元町	車上ねらい(元町2・元町3・湊町2)	
立葉	SNS型投資詐欺(久保吉1) 車上ねらい(芦原1)、部品ねらい(桜川4)	
幸町	車上ねらい(幸町3)	
塩草	SNS型投資詐欺(桜川12) 痴漢(福荷2)、部品ねらい(塩草3、桜川12)	
浪速	車上ねらい(浪速東1、浪速東3)	
大国	SNS型投資詐欺(大国2)	
敷津	SNS型投資詐欺(敷津西1) 痴漢(敷津西1) 不同意性交等(敷津西2)	車上ねらい(敷津東2) [R7.10認知]
恵美	特殊詐欺(恵美須西2) 自動車盗(恵美須西2) 車上ねらい(恵美須西2)	
新世界		
日東	車上ねらい(日本橋5)	
日本橋	痴漢(難波中2)、公然わいせつ(難波中2) 自動車盗(下寺2)、車上ねらい(下寺1、下寺2、難波中2、日本橋東1、日本橋西1)	

問合せ 浪速警察署
☎6633-1234 ☎6645-5862

Cooking



今月の健康レシピ

レシピ考案: 大手前大学実習生

春野菜のトルティージャ

栄養価(1人分) エネルギー: 117kcal 食塩相当量: 0.8g

トルティージャは、スペインで食べられているオムレツのような卵料理で、じゃがいもを入れるのが特徴です。お好みの具材を入れてさまざまなアレンジができます。今回は春キャベツや新玉ねぎを使って春らしくしました。

材料 ・卵.....4個 ・コースハム.....2枚 (4人分) ・新じゃがいも.....1個(約60g) ・塩.....小さじ1/3 ・新玉ねぎ.....1/6個 ・こしょう.....少々 ・春キャベツ.....30g(1枚程度) ・オリーブオイル.....大さじ1/2、小さじ1

作り方

- 1 じゃがいもを5mm幅の細切りにし、5分ほど水にさらした後、水気をきっておく。玉ねぎは5mm幅の細切り、キャベツは千切り、ハムは1cm角に切る。
- 2 フライパンにオリーブオイル(大さじ1/2)を熱し、①を加えて炒め、塩こしょうで味を調える。
- 3 ボウルに卵を溶き、②を加え、混ぜ合わせる。
- 4 小さめのフライパンにオリーブオイル(小さじ1)を熱し、③を流し入れ、平らにならす。
- 5 蓋をして弱火で焼き、卵が固まってきたらひっくり返して裏面にも焼き色をつける。
- 6 食べやすい大きさに切り分ける。



Book



浪速図書館のおすすめ図書

電線の恋人

石山 蓮華/著 平凡社(大阪市立図書館タイトルコード: 1000015304310)

電線が好きすぎて「電線の恋人」を名乗る著者が、その魅力を語る。友達がいないでいたたまれなかった卒業式の帰り道、空にのびる電線を見てそのかけがえなさに気づいたという。さまざまな形状で布設された街の電線の写真や、絵画に描かれた電線が紹介されており、電線のある景観を捉え直すきっかけになる。原発事故などの問題にも言及し、地方の発電所から送られた電力で暮らす著者自身の立ち位置を省みる描写からは、電線に対する著者の誠実さが伝わる。

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



大阪市立図書館 「あなたにこの本を!」より



移動図書館 「まちかど号」巡回日

Library

図書館が近くにない方もぜひご利用ください。

日時 3月17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)

問合せ 大阪市立中央図書館自動車庫

☎6539-3305

☎6539-3336

