

## 弁護士による「離婚・養育費」に関する専門相談を実施します

無料 要予約

離婚・養育費に関する悩みをお持ちの大阪市内にお住まいの未成年のこどもがいる父母のために、「離婚・養育費」に関する専門相談を実施します。大阪弁護士会所属の弁護士が、法律的な知識を要する問題の相談に応じ、アドバイスを行います。

時 10月20日(火)14時～17時  
(相談時間は45分以内)

場 区役所(詳細は予約受付時にご案内します)

対 離婚・養育費に関する悩みをお持ちの大阪市内にお住まいの未成年のこどもがいる父母

申 予約開始:10月13日(火)9時～

予約方法:☎06-6647-9895で予約受付

問 保健福祉課(子育て支援)

☎06-6647-9895 ☎06-6644-1937

## 正しい口腔ケアで感染症を予防しよう

無料 申込不要

浪速区歯科医師会では、大阪市の生涯歯科保健推進事業として歯科講演会を行います。

正しい口腔ケアを行い、お口の中を清潔に保つことは、さまざまな感染症の予防になることがわかっています。

歯科医師・歯科衛生士による正しい「口腔ケア」の方法を学ぶ講義と、歯磨き指導も予定しています。ふるってご参加ください!

時 10月29日(木)14時～15時30分

場 区役所3階 集団検診室

対 区内在住の方

内 歯科講演会と歯磨き指導

講 新開歯科 院長 新開 明

大阪府歯科衛生士会 歯科衛生士 2名

問 保健福祉課(保健)

☎06-6647-9882 ☎06-6644-1937

## LINE広報紙をぜひご利用ください

浪速区広報紙「広報なにわ」は、毎月1日に主な新聞の朝刊に折込でお届けしています。

新聞を購読されていない方で、スマートフォン等をご利用の場合は、ぜひ「いつでもどこでも」広報紙をご覧になれる「LINE広報紙」をご利用ください。



友だち登録はこちらから!▲

問 総務課(企画調整)

☎06-6647-9683 ☎06-6631-9999

## 防犯・防災 まちづくり 地域活動 子育て 参加者募集

### 毎月開催 区長とかたろう

10月22日(木)14時～15時

浪速区役所では、区政運営や区役所業務へのご意見・ご質問などを区長に直接、お気軽にお伝えいただける場として、「区長とかたろう」を毎月開催しています。お申込みをお待ちしています!

場 区役所内ロビー(オープンスペース)

対 区内在住・在学・在勤の方

内 1人(1グループ)15分×4組

申 10月15日(木)までに電話・FAXまたはメールで申込み。詳しくは区ホームページをご覧ください。

※申込み多数の場合は抽選。※抽選結果等は申込期日の翌開庁日の午後15時に区役所から電話で連絡します。

問 総務課(企画調整)

☎06-6647-9683 ☎06-6631-9999

☎naniwa-bosyu@city.osaka.lg.jp

## #みんなの国勢調査

回答期限

10/7(水)まで

- 国内に住むすべての人と世帯をもれなく把握するため、10月1日時点で、「令和2年国勢調査」を実施しています。
- 国勢調査は、法律で回答が義務付けられています。
- **ご自宅にお届けしているログインID・アクセスキーで、パソコン、スマホから回答してください。画面にそって入力するだけで、簡単に回答できる便利なオンライン調査を、ぜひご利用ください。**
- 回答期限を過ぎた方、インターネットの環境がない方には、郵送による提出をお願いしています。紙の調査票を記入して、提出用封筒でお送りください。
- 5年に一度の国勢調査にご回答を、どうぞよろしくお願いいたします!

問 総務課(総務) ☎06-6647-9626 ☎06-6633-8270



## 統合失調症等家族教室のご案内

無料 要申込

精神障がい者の就労支援についてご存じですか? 就労支援をしている方から、実際の支援のお話を聞いてみませんか。

次につながるヒントがみつかるかもしれません。

時 10月8日(木)14時～16時  
場 区役所3階 集団検診室  
対 区内在住で「統合失調症等精神疾患と診断された方」の家族

内 精神障がい者の就労支援について

申 事前に電話にて受付

問 保健福祉課(地域保健活動)

☎06-6647-9968 ☎06-6644-1937



## きッズクッキング 親子でおやつ作り!

無料 定員6組(先着)

親子でたのしくおやつ作りをしましょう!今回は、「バナナソフトクッキー」と「おばけかぼちゃ」を作ります。

時 10月21日(水)14時～16時

場 区役所3階 栄養講習室

対 4～6歳(未就学児)のお子さんとその保護者

内 お話と調理実習

費 親子1組200円

準 エプロン、三角巾、マスク、ハンドタオル、お茶

申 10月15日(木)までに保健福祉課(保健)栄養士へ☎06-6647-9882

問 保健福祉課(保健)

☎06-6647-9882 ☎06-6644-1937



## #なにわエール飯に参加しよう!!

テイクアウト・デリバリーに取組む区内飲食店を紹介し合うプロジェクト!「#浪速エール飯」を付けてSNSに投稿!お店を探す時も「#浪速エール飯」で検索!

テイクアウト・デリバリーで地域の飲食店の味を楽しみ、みんなで広めましょう!



詳しくはこちら



## 食育推進ネットワーク おすすめレシピ

### マッシュルームごはん



マッシュルームは、かさがすべすべとして、軸の切り口が変色していないものを選びましょう。新鮮な状態だと、生でも食べることが出来ます。薄くスライスして、塩こしょう、粉チーズ、オリーブオイルをかけて食べると美味しいです。

1人前あたり 212kcal 食塩相当量0.9g

材料(3人分)

- 青ねぎ……………2本
- ごはん……………1合分
- マッシュルーム……………6つ
- バター……………10g
- こいくちしょうゆ ……大さじ1

- ① マッシュルームは石づきを取り、薄切りにする。青ねぎは小口切りにする。
- ② フライパンにバターを熱し、マッシュルームをさっと炒め、青ねぎとこいくちしょうゆを入れて火を止める。
- ③ ②にごはんを加えてさっくりと混ぜ合わせる。