**鶴見区広報紙「広報つるみ」オープンデータ**

**令和元年12月号　No.284**

酒害教室

申込不要

無料

飲酒問題を抱え回復をめざしている方、家族の飲酒問題で悩んだり困っている方など、どなたでもご参加いただけます。

日時　12月11日（水）14時～16時

場所　区役所 2階 集団検診室

内容　アルコール専門病院の相談員によるミニ講座／当事者体験談など

対象　どなたでも

問合　保健福祉課（保健活動）1階⑪番 ☎6915-9968

**統合失調症の家族教室**

無料

家族の方が、病気についての正しい知識を学び、本人への接し方を考えてみませんか？

日時　12月18日（水）13時30分～15時30分

場所　区役所 4階 403会議室

内容

◆心理士による講話「ご家族が楽しく過ごすコツ」

◆家族交流会

◆問題解決技法を用いたグループセッション

対象　統合失調症と診断された方のご家族

※初めて参加される方は必ず事前にお電話ください。

問合　保健福祉課（保健活動）1階⑪番 ☎6915-9968

**つるみヒューマンシアター**

**「めぐみ―引き裂かれた家族の30年―」上映会**

無料

申込不要

わずか13歳の時に北朝鮮に拉致されてしまった横田めぐみさんの話を中心に、拉致問題の経緯や被害者ご家族の救出活動などを描いたドキュメンタリー映画「めぐみ ―引き裂かれた家族の30年―」を上映します。

日時

12月15日（日）

◎13：30～15：30

・政府拉致問題対策本部「政府の取組について」

・映画「めぐみｰ引き裂かれた家族の30年ｰ」上映会

◎11：00～13：00

・ワークショップ「缶マグネットに色をぬろう」

◎11：00～16：00

・拉致問題パネルの展示

場所　区民センター 小ホール

問合　総務課（教育）4階43番 ☎6915-9734

**トワイライトコンサート**

申込不要

無料

大阪・神戸を中心にピアノ＆ギターの弾き語りライブで活動中のまるおかかずこさんが出演します。心に響く歌声で会場のみなさんを魅了します。素敵なひとときをお楽しみください。

日時　12月20日（金）19時～19時45分

場所　区役所 1階 ロビー

出演　まるおか かずこ

問合　総務課（魅力創造）4階41番　☎6915-9176

**ひとり親の方に対する個人市・府民税（令和3年度以降）の非課税措置創設について**

令和3年度以後の個人市・府民税において、児童扶養手当の支給を受けている児童の父または母のうち、現に婚姻していない方または配偶者の生死が明らかでない方（単身児童扶養者）で、一定の金額以下の所得の方に対する非課税措置が創設されました。

適用を受けるためには、給与所得者の方は「令和2年分 給与所得者の扶養控除等（異動）申告書」、公的年金等の受給者の方は「令和2年分公的年金等の受給者の扶養親族等申告書」により、単身児童扶養者である旨を申告していただく必要があります。

問合

京橋市税事務所 市民税等グループ（個人市民税担当）　☎4801-2953　FAX4801-2905

※問い合わせ可能日時…平日9時～17時30分（金曜日は9時～19時）

**建物の修景のご相談**

無料

大阪市では、地域魅力の創出を図るため、外観の特徴を活かした改修や、まちなみに配慮した整備など、建物の「修景」に関するご相談をお受けしています。

例えば…

□街並みに配慮した外観にしたい

□地域に愛されてきた建物の魅力を維持したいなど

台風の被害を受け「建物の良さを残していきたいけど安全性も気になる」など、修景とあわせて、建物の安全性の向上や、ブロック塀の撤去をご検討される場合には、必要に応じて、専門窓口をご案内します。

なお、「修景相談」のほか「修景補助（修景のモデルとなる建築物の外観改修費補助）」も実施しています。

※今年度の「修景補助」の申込みは終了しました。

問合　都市整備局まちなみ環境グループ　☎6208-9631 FAX6202-7064

**鶴見区ウォーキングカレンダー（2020年版）を配布・掲載しています**

無料

2020年のカレンダーと鶴見緑地のおすすめウォーキングルートが載っている「鶴見区ウォーキングカレンダー」を区役所に設置しています。

カレンダーにはその日の歩数が書き込めます！　1日1000歩プラスを目標に取り組んでみませんか？

ホームページからもダウンロードできます

配布場所　区役所 1階⑭番 健康相談窓口

問合　保健福祉課（保健活動）1階⑪番　☎6915-9968

**各種無料相談（12月）**

相談名　日時　申込方法　場所

弁護士による①法律相談(毎月第2・第4金曜日）　予約制　12月13日（金）13時～17時　12月27日（金）13時～17時　当日９時～電話にて受付（予約専用☎6915-9954）※24名（先着順）（1人30分以内）　鶴見区役所3階つるみっ子ルーム前

宅地建物取引士による②不動産相談(毎月第2火曜日）　予約制　12月10日（火）13時～16時　当日９時～電話にて受付（予約専用☎6915-9954）※6名（先着順）（1人30分以内）　鶴見区役所3階つるみっ子ルーム前

③司法書士相談(毎月第３水曜日）（相続・贈与、会社・法人の登記、成年後見など）　予約制　12月18日（水）13時～16時　当日9時～電話にて受付（予約専用☎6915-9954）※8名(先着順)（1人45分以内）　鶴見区役所3階つるみっ子ルーム前

鶴見緑地公園事務所による④花と緑の相談（毎月第２水曜日）　12月11日（水）14時～16時　当日会場にて受付。　鶴見区役所1階ロビー

城北環境事業センターによる⑤ごみ分別・リサイクル相談（毎月第３火曜日）　12月17日（火）14時～16時　当日会場にて受付。　鶴見区役所1階ロビー

⑥専門相談員による人権相談　一部予約制　【平日】9時～21時　【日・祝】9時～17時30分　専門相談員が電話、FAX、メール、面談で相談をお受けします。鶴見区役所での相談をご希望の場合は事前にお申込みください(☎6532-7830) ※通話料は自己負担　FAX6531-0666　メールアドレス7830@osaka-jinken.net

⑦精神科医によるこころの相談　予約制　12月13日（金）14時～15時30分　12月17日（火）10時～12時　事前に電話または⑪番窓口にて受付（☎6915-9968）※各日2名（先着順）（1人30分程度）　鶴見区役所1階

⑧日曜法律相談　ナイター法律相談　一部予約制　日曜法律相談は12月22日（日）福島区役所・天王寺区役所で実施。ナイター法律相談は今月は実施されません。詳しくは、大阪市総合コールセンター「なにわコール」（☎4301-7285）までお問い合わせください。

問合

①②③総務課（政策推進）☎6915-9683　④鶴見緑地公園事務所 ☎6912-0650　FAX6913-6804　⑤城北環境事業センター ☎6913-3960　FAX6913-3674　⑥総務課（教育）☎6915-9734　⑦保健福祉課（保健活動）☎6915-9968

**住み慣れた地域で尊厳を保ちその人らしい生活を継続するために**

高齢者の虐待を防ぎましょう

高齢者虐待に関する調査の特徴のひとつに「高齢者虐待をしている人の半分以上の人が虐待をしている自覚がない」という結果が出ています。高齢者虐待は終わりの見えない介護、知らないうちに不適切な対応になってしまう身近な問題です。

虐待かな？ と思ったら…

高齢者虐待を防ぐために、介護の負担を軽減すること、問題が生じる虐待の悪循環を止めることが大切です。「虐待かな？」と思ったら、すぐに相談していただくことで、高齢者虐待を防ぐことができ、高齢者や介護している人などすべての人が安心して暮らすことができます。

ご近所にこのような高齢者はいませんか？

●不自然なあざややけどのあとが見られる。

●汚れている・破れている衣類を着ていて異臭がする。

●下着姿で放置されている。

●天気が悪いのに、長時間家の外で過ごしている。

●必要と思われる診療や介護保険サービスを受けていない。

●年金や財産収入があるのに年金を盗られた、お金がないと話されている。

●何かにおびえている様子が見られる。

●最近、姿をみかけない。

●高齢者の部屋に外から鍵などをかけ、外出できなくなっている。

●家から怒鳴り声や悲鳴がよく聞こえる。

などが高齢者虐待のサインです。

高齢者虐待についてのご相談は下記の窓口まで

●鶴見区役所 保健福祉課（高齢者支援）　☎6915-9859

●鶴見区地域包括支援センター　☎6913-7512（担当エリア：茨田南・茨田・茨田東・茨田北・焼野）

●茨田総合相談窓口（ファミリー）　☎6915-1717（担当エリア：茨田南・茨田）

●茨田大宮総合相談窓口（ちどり）　☎6914-7711（担当エリア：茨田東）

●鶴見区西部地域包括支援センター　☎6913-7878（担当エリア：緑・鶴見北・鶴見・茨田西・横堤）

●鶴見区南部地域包括支援センター　☎6969-3030（担当エリア：榎本・今津）

**身体障がい者相談員・知的障がい者相談員をご存じですか**

大阪市から委嘱された身体障がい者相談員・知的障がい者相談員が、障がいのある方や関係者の日ごろの生活でのお困りごとや心配ごとなど、身近な相談に応じます。

相談員は区内にお住まいの生活経験豊富な障がい当事者（知的障がい者相談員は知的障がいのある方の保護者）に委嘱しています。お気軽にご相談ください。

相談員の連絡先につきましては、下記の担当までお問合せください。

問合　保健福祉課（障がい者支援）1階⑬番　☎6915-9857　FAX6913-6237

**国民年金基金のご案内**

国民年金基金は、国民年金に年金を上乗せする公的な制度です。掛金は、年末調整や確定申告の際、社会保険料として全額が所得から控除されます。また、受け取る年金にも公的年金等控除が適用されるなど、税制面で優遇措置があります。

加入できる方

◎国民年金の第1号被保険者（自営業者などの人）で保険料を納めている20歳以上60歳未満の方

◎60歳以上65歳未満で国民年金に任意加入されている方

◎海外居住されていて国民年金に任意加入されている方

申し込み方法など詳しくは、大阪府国民年金基金まで。

問合　大阪府国民年金基金　☎0120-65-4192（フリーダイヤル）

**借金問題解決のための土・日無料相談会**

無料

日時　12月7日（土）・8日（日）10時～16時　※1人45分／1日12組

場所　近畿財務局（中央区大手前4-1-76）

相談方法　面談・電話（面談による相談は弁護士が対応）　（電話予約／先着順）

問合　近畿財務局 相談窓口　☎6949-6523

**訪問による歯科健診を実施しています**

無料

後期高齢者医療制度にご加入の方で、通院による医療機関での歯科健診を受診することが困難な方を対象に、歯科医師と歯科衛生士がご自宅に訪問して「歯」や「お口の機能」のチェックを行う、訪問歯科健診を実施しています。（2回目から有料）

問合　福祉局保険年金課（後期高齢）　☎6208-8038　FAX6202-4156

**野菜を食べよう！ いつもの献立にプラス1皿**

ヘルスメイトのおすすめレシピ

「おからサラダ」

（協力／鶴見区食生活改善推進員協議会 茨田西校区）

1人分エネルギー／194kcal

材料（4人分）

おから…120g

きゅうり…1本

人参…20g

玉ねぎ…小1個

ツナ缶…小1個

オリーブ油…大さじ1

マヨネーズ…大さじ3

つくり方

①人参、玉ねぎはみじん切りにする。

②きゅうりは薄切りにして、軽く塩もみして絞っておく。

③フライパンにオリーブ油を入れ、①を炒め、軟らかくなったらおからを入れてさらに炒める。

④③が冷めたら、ツナ缶（汁ごと）ときゅうりを加えて、マヨネーズであえる。

※玉ねぎはスライスし、水にさらし絞ってもよい。

※野菜、おからは電子レンジで加熱してもよい。

問合　保健福祉課（健康づくり）1階⑪番☎6915-9882　FAX6913-6235

**区役所実施の各種健診・検査・予防接種のお知らせ**

予約・問合　保健福祉課（健康づくり）1階⑪番　☎6915-9882

予約方法　電話または窓口にて受付

内容　料金　実施日・受付時間　対象（大阪市民）

予約要

乳がん検診★（マンモグラフィ検査）　1,500円　1月12日（日）9時30分～10時30分　1月29日（水）9時30分～10時30分　40歳以上の女性で隔年受診（大正・昭和偶数年生まれの方）

骨量検査　無料　1月12日（日）9時30分～10時30分　1月29日（水）9時30分～10時30分　18歳以上の方

予約不要

歯科健康相談　無料　12月5日（木）9時30分～11時　1月29日（水）9時30分～11時　市民の方

特定健診　無料　12月5日（木）9時30分～11時　1月12日（日）9時30分～11時　大阪市国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入の方（40歳以上）

ＢＣＧ予防接種　無料　12月18日（水）13時30分～15時　1月22日（水）13時30分～15時　※13時より番号札をお渡しします。　（標準接種期間）生後5～8か月未満の方（1歳の誕生日の前日まで接種可）

結核健診（エックス線）　無料　12月12日（木）　10時～11時　1月16日（木）　10時～11時　15歳以上の方

★印のものは、勤務先等で同程度の検診を受診できる方等は対象外となります。

**子育て応援します！エンゼルサポーター派遣事業のご案内**

出産退院後すぐの母親および乳児のお世話をする方がいないために、家事・育児が困難になっている家庭にエンゼルサポーターがお伺いし、昼間に家事等のサポートをします。

対象家庭

大阪市内にお住まいの出産退院後4ヵ月以内の乳児（多胎児含む）がいる世帯で、昼間、家事等の援助者がいない家庭

内容　食事の世話・住居の掃除・生活必需品の買い物・身の回りの世話など

利用時間　月曜日～土曜日の8時～18時（1回2時間～4時間）

料金　1時間につき1,000円（1時間単位）

問合　保健福祉課（子育て支援室）　1階⑫番 ☎6915-9107

**「子育てサロン」12月の開催日**

時間　各日10時～12時

●緑福祉会館／12月19日（木）

●鶴見北公民館／12月9日（月）

●鶴見公民館／12月17日（火）

●榎本福祉会館／12月10日（火）

●今津会館／12月3日（火）・10日（火）・17日（火）

●茨田南福祉会館／12月19日（木）

●茨田福祉会館／12月18日（水）

●茨田東福祉会館／12月11日（水）

●茨田北福祉会館／12月16日（月）

●焼野福祉会館／12月9日（月）

●茨田西社会福祉会館／12月12日（木）

●横堤福祉会館／12月10日（火）

問合　保健福祉課（子育て支援室）１階⑫番　☎6915-9107

**令和元年度年末年始ごみ収集日程**

年末年始ごみ収集日程をお知らせします。

12月25日(水)～1月7日(火)は収集時間帯が普段と変わります。

「収集日の朝8時30分まで」に必ずごみをお出しください。ご協力をお願いします。

緑地域と榎本地域の古紙・衣類については、コミュニティ回収が実施されていますので、それぞれの地域活動協議会にお問合せください。

●NPO法人 緑・ふれあいの家　☎6915-6333

●NPO法人 榎本地域活動協議会　 ☎6963-0104

粗大ごみ収集の申込み受付

家庭の電話 : 0120-79-0053（通話料無料）

携帯電話 : 0570-07-0053（通話料が必要）（電話番号が変わりました）

受付日

月曜日～土曜日（祝日も受付しています）９時～17時

〔月曜日は電話がたいへん混みあいます。ご迷惑をおかけします。〕

◆12月25日（水）までに申し込まれた粗大ごみは12月中に収集します。

※申込状況により12月中に収集できない場合がありますので、ご了承ください。

◆12月29日（日）～1月3日（金）の間の受付は休ませていただきます。

問合　城北環境事業センター　☎6913-3960　FAX6913-3674

普通ごみ

普段の収集曜日（地域）　月・木曜日の地域

年末の収集日　最終前　26日（木）　最終　30日（月）

年始の収集日　最初　6日（月）　2回目　9日（木）

普段の収集曜日（地域）　火・金曜日の地域

年末の収集日　最終前　27日（金）　最終　31日（火）

年始の収集日　最初　7日（火）　2回目　10日（金）

普段の収集曜日（地域）　水・土曜日の地域

年末の収集日　最終前　25日（水）　最終　28日（土）

年始の収集日　最初　4日（土）　2回目　8日（水）

資源ごみ

普段の収集曜日（地域）　月曜日の地域

年末の収集日　最終前　23日（月）　最終　30日（月）

年始の収集日　最初　6日（月）　2回目　13日（月・祝）

普段の収集曜日（地域）　火曜日の地域

年末の収集日　最終前　24日（火）　最終　31日（火）

年始の収集日　最初　7日（火）　2回目　14日（火）

普段の収集曜日（地域）　水曜日の地域

年末の収集日　最終前　18日（水）　最終　25日（水）

年始の収集日　最初　8日（水）　2回目　15日（水）

普段の収集曜日（地域）　木曜日の地域

年末の収集日　最終前　19日（木）　最終　26日（木）

年始の収集日　最初　9日（木）　2回目　16日（木）

普段の収集曜日（地域）　金曜日の地域

年末の収集日　最終前　20日（金）　最終　27日（金）

年始の収集日　最初　10日（金）　2回目　17日（金）

普段の収集曜日（地域）　土曜日の地域

年末の収集日　最終前　21日（土）　最終　28日（土）

年始の収集日　最初　4日（土）　2回目　11日（土）

容器包装プラスチック

普段の収集曜日（地域）　月曜日の地域

年末の収集日　最終前　23日（月）　最終　30日（月）

年始の収集日　最初　6日（月）　2回目　13日（月・祝）

普段の収集曜日（地域）　火曜日の地域

年末の収集日　最終前　24日（火）　最終　31日（火）

年始の収集日　最初　7日（火）　2回目　14日（火）

普段の収集曜日（地域）　水曜日の地域

年末の収集日　最終前　18日（水）　最終　25日（水）

年始の収集日　最初　8日（水）　2回目　15日（水）

普段の収集曜日（地域）　木曜日の地域

年末の収集日　最終前　19日（木）　最終　26日（木）

年始の収集日　最初　9日（木）　2回目　16日（木）

普段の収集曜日（地域）　金曜日の地域

年末の収集日　最終前　20日（金）　最終　27日（金）

年始の収集日　最初　10日（金）　2回目　17日（金）

普段の収集曜日（地域）　土曜日の地域

年末の収集日　最終前　21日（土）　最終　28日（土）

年始の収集日　最初　4日（土）　2回目　11日（土）

古紙・衣類

普段の収集曜日（地域）　月曜日の地域

年末の収集日　最終前　23日（月）　最終　30日（月）

年始の収集日　最初　6日（月）　2回目　13日（月・祝）

普段の収集曜日（地域）　火曜日の地域

年末の収集日　最終前　24日（火）　最終　31日（火）

年始の収集日　最初　7日（火）　2回目　14日（火）

普段の収集曜日（地域）　水曜日の地域

年末の収集日　最終前　18日（水）　最終　25日（水）

年始の収集日　最初　8日（水）　2回目　15日（水）

普段の収集曜日（地域）　木曜日の地域

年末の収集日　最終前　19日（木）　最終　26日（木）

年始の収集日　最初　9日（木）　2回目　16日（木）

普段の収集曜日（地域）　金曜日の地域

年末の収集日　最終前　20日（金）　最終　27日（金）

年始の収集日　最初　10日（金）　2回目　17日（金）

普段の収集曜日（地域）　土曜日の地域

年末の収集日　最終前　21日（土）　最終　28日（土）

年始の収集日　最初　4日（土）　2回目　11日（土）

※各種ごみの収集日が重なっている場合は、場所を少し離してお出しください。

**夢・未来創造事業を紹介します！**

夢・未来創造事業をご存じですか？？この事業は「出前授業」とも呼ばれています。

青少年の健全育成を目的として、「社会人を学校に！」をコンセプトに、社会で活躍されているさまざまな方の知識や経験を、区内の学校への“出前授業”として伝えていただくことで「鶴見区のこども達の未来や夢に少しでも良い影響（キッカケ）を与えたい」という想いがこめられた事業です。事業の趣旨にご賛同・ご協力いただいている企業・団体の皆様をご紹介します！

なにわ花いちば　鶴見はお花の集まる街って知ってますか？

UNEP国際環境技術センター　Let's study about our Earth！

牛乳石鹸　手洗いの全てをお教えしましょう！

J:COM　手作りNews番組で学ぶ！チームワークと責任感

鶴見消防署　もしもの時にどうすれば!?　防災意識のエリート教育

大阪ガス　身近なECOや防災についてみんなで一緒に考えよう！

ミズノ　走り方の基礎を楽しく伝授！

汎愛高等学校ダンス部　ダンスを通した次世代型授業！

リーフラス（株）　誰でもスポーツを楽しめるように！

問合　総務課（教育）4階43番 ☎6915-9734　鶴見区Facebookもご覧ください。

**ふるさと寄付金で鶴見区のまちづくりを応援してください**

区役所では、まちづくりのための寄付を、いつでも受け付けています。皆さんからいただいた寄付金は、鶴見区のまちづくりに役立てられます。区制40周年を迎えた平成26年には、記念式典と音楽祭に、皆さんからいただいた寄付金が使われています。皆さんからのご支援をお待ちしています。

【区政推進基金】　記念式典以外にも、次の事業に役立てられます。

◆鶴見緑地の活性化・その他区の魅力創造に関する事業

◆地域コミュニティの活性化や環境推進に関する事業

◆安心して子どもを産み育てられる次世代育成支援に関する事業

◆安心して暮らせる安全安心に関する事業、地域福祉に関する事業、健康づくりに関する事業

◆窓口サービスや広聴広報機能の向上など区役所力の強化に関する事業

◆区役所が市民と協働して実施する事業費に充てる区役所市民協働事業

◆上記のほか、区のまちづくりに係る施策の推進に関する事業

問合　総務課（庶務）4階41番 ☎6915-9625

寄付の申請

区役所にご連絡いただくと、寄付申込書等の書類を送付します。寄付申込書は、ホームページからもダウンロードできます。

感謝状の贈呈

1回のお申込みで10万円以上寄付をいただいた方には、市長感謝状を贈呈しています。

税制上の優遇

寄付の金額にあわせて、一定の限度まで住民税の減額など税制上の優遇を受けることができます。優遇を受けるためには、確定申告が必要です。令和元年度の確定申告の優遇を受けるためには12月中の入金が必要ですので、12月13日までにご連絡ください。

**第3回 TSURUMIC AWARD　ツルミック　アワード　地活協ポスターコンテストを開催します！**

説明しよう!!

TSURUMIC AWARDとは、地域活動協議会（通称：地活協）の認知度向上を目的とした区民参加型のイベントなのだ! 今回は地活協のPRポスターを区民の投票によって鶴見区のNo,1を決めるコンテストを開催するのであ～る!!

掲示・投票期間　12月17日（火）～令和2年1月24日（金）17時30分まで

掲示場所

①区役所 1階 待合スペース前 特設掲示コーナー（鶴見区地域活動協議会情報コーナー）

②区役所ホームページ

投票方法

①直接投票（区役所1階 待合スペース前 特設投票コーナー）

②ネット投票（区役所ホームページ内より）

③ファックス投票　FAX6913-6235

問合　市民協働課 1階⑧番 ☎6915-9159