**鶴見区広報紙「広報つるみ」オープンデータ**

**令和2年11月号　No.295**

**今回は、ご自宅が受験会場!第4回 つる魅力検定 受験者大募集!!**

**～国際花と緑の博覧会開催30周年記念ver.～**

受験料無料

1990年に鶴見緑地で開催された「国際花と緑の博覧会」が30年を迎えました。今回は「国際花と緑の博覧会」にちなんだ問題を多く出題します。

受験会場　ご自宅

申込締切　12月15日（火）必着

応募資格　どなたでも

定員　250名（先着順）

出題範囲

計70問

◆国際花と緑の博覧会に関すること（60％程度）

◆鶴見緑地に関すること（20％程度）

◆2025年 日本国際博覧会（大阪・関西万博）に関すること（5％程度）

◆その他（15％程度）

※出題率は変更する場合があります。

申込・検定の流れ

①受験申込書に必要事項を記入

受験申込書の入手方法

区役所などで配布

または

区のホームページからダウンロード

②受験申込書を送付、メールまたは持参

申込締切　12月15日（火）必着

送付の場合　〒538-8510（住所不要）大阪市鶴見区役所「つる魅力検定」係

メールの場合　tr0008＠city.osaka.lg.jp（件名に「つる魅力検定」と入力）

持参の場合　区役所4階41番 総務課（魅力創造）まで

③受験セットを区役所からご自宅に送付

12月23日（水）区役所発送

・問題　・解答用紙　・受験ルール など

④自宅で受験し解答用紙を区役所へ返送

スキャンした画像や解答を打ち込んだものをメールで送ってもOK。

解答提出期限　1月12日（火）

⑤採点後、結果をご自宅に送付／景品をご自宅に送付（抽選当選者）

受験者全員にプレゼント！※景品の内容等は変更する場合があります。

つるりっぷグッズ＋バウンシア ボディソープホイルサンプル12ml×2 ＜牛乳石鹼共進社株式会社＞

さらに、受験者に特典あり（抽選）※景品の内容等は変更する場合があります。

衛生エタノール製剤400ml

アクアコッパハンドスプレー400ml

詰合せ（15名）＜株式会社アサヒペン＞

ステンレスマグボトル（6名）＜オルゴ株式会社＞

図書カード1000円分（5名）＜大阪鶴見ロータリークラブ＞

信州とろろ入り生そばつゆ付（10名）＜柄木田製粉株式会社 大阪支店・工場＞

オリジナルグッズセット（5名）＜荒川化学工業株式会社＞

入館券（10名）＜咲くやこの花館＞

ポニーひき馬券（5名）＜鶴見緑地乗馬苑＞

ご入浴券（20名）＜鶴見緑地湯元 水春＞

ご優待ペアチケット（10組）＜鶴見緑地パークゴルフ場＞

①モバイルバッテリー（1名）

②フリースブランケット（10名）

③付箋（15名）

④傘カバー（5名）

⑤テープのり（2名）

＜株式会社鶴見製作所＞

【協賛】株式会社アサヒペン、荒川化学工業株式会社、大阪鶴見ロータリークラブ、オルゴ株式会社、柄木田製粉株式会社 大阪支店・工場、牛乳石鹼共進社株式会社、咲くやこの花館、株式会社鶴見製作所、鶴見緑地乗馬苑、鶴見緑地パークゴルフ場、鶴見緑地湯元 水春（五十音順）

【協力】公益財団法人 国際花と緑の博覧会記念協会

問合　総務課（魅力創造）　4階41番　☎6915-9176 6913-6235

メールアドレス　tr0008＠city.osaka.lg.jp

**ふたごみつごの交流会**

無料

ふたごちゃん、みつごちゃんの出産・育児について情報交換しませんか？

日時　11月18日（水）10時～11時30分

場所　区役所 3階 つるみっ子ルーム

対象

0～3歳までのふたごちゃん・みつごちゃんとその保護者／ふたごちゃん・みつごちゃんをご出産予定のプレママ、そのご家族

申込方法　電話・窓口

締切　11月16日（月）

問合　保健福祉課（保健活動）　1階⑪番　☎6915-9968

**うつ病の家族教室**

無料

精神科医師による講義と家族交流会の2日間コースです。ご家族が、うつ病について正しい知識を学び、病気を理解し、本人への接し方を考えてみませんか。また、同じ病気を持つ家族の方と語り合ってみませんか。

日時　11月18日（水）・12月16日（水）　各日13時30分～15時30分

場所　大阪市こころの健康センター　（都島区中野町5-15-21 都島センタービル3階）

対象　市内在住で、うつ病と診断されている方のご家族

定員　20名（先着順）

申込方法　電話

※手話通訳等、障がいに関わる配慮を必要とされる場合、お申し込み時にご相談ください。

締切　11月12日（木）

問合　保健福祉課（保健活動）　1階⑪番　☎6915-9968

**魅力発見!!ウォーク**

**（「つる魅力検定」受験前講座）**

無料

ガイドといっしょに鶴見緑地の魅力を発見してみませんか？検定の点数がUPするかも！

日時　11月28日（土） 9時30分～11時30分　（集合9時15分／荒天中止）

場所　鶴見緑地（集合…噴水前広場）

ガイド　咲くやこの花館 元スタッフ

定員　15名（先着順）

申込方法　電話・FAX・窓口　※住所・氏名・年齢・電話番号をお知らせください。

締切　11月17日(火）必着

問合　総務課（魅力創造）　4階41番　☎6915-9176　FAX6913-6235　メールアドレス　tr0008＠city.osaka.lg.jp　（件名に「魅力発見!!ウォーク」と入力）

**ペアレント・トレーニング講座**

無料

子どもの関わり方がわからない　イライラして怒ってしまう　何度言っても聞いてくれない

学校法人大阪YMCAより子ども達の療育にもたずさわっている経験豊富な講師をお招きし開催します。

①小学校低学年の保護者②未就学児の保護者（2コースあります）

内容

子どもの「性格」ではなく「行動」に着目する

子どもの「行動」を変える具体的な手法を学び家庭で実践する

子どもに伝わりやすい伝え方を学ぶ

日時

①12月16日（水）、1月13日（水）、2月3日（水）・24日（水）、3月17日（水）

　＜全5回＞各日10時～12時（すべてに出席できる方）

②12月23日（水）、1月20日（水）、2月10日（水）、3月3日（水）・24日（水）

　＜全5回＞各日10時～12時（すべてに出席できる方）

場所　区役所（会議室）※保護者のみで参加してください。託児サービスはありません。

対象　区内在住で、発達障がいと診断、または疑いのあるお子さんの保護者

①小学校低学年の保護者 ②未就学児の保護者（2コースあります）

定員　各コース10名（応募者多数の場合、抽選）

申込方法　電話

締切　11月30日（月）

問合　保健福祉課（子育て支援）　1階⑫番　☎6915-9107　FAX6913-6235

**つるみヒューマンシアター映画「長いお別れ」上映会**

無料

認知症を身近なこととしてとらえられる映画です。

出典／©2019「長いお別れ」製作委員会 ©中島京子／文藝春秋

日時　11月21日（土）13時30分～16時（開場12時50分）

場所　つるみ日建ホール（鶴見区民センター大ホール）

定員　300名（先着順）

申込方法　FAX・メール・窓口

①参加される方全員のお名前・お住まいの区

②代表者の電話番号（日中連絡のとりやすい番号）

③FAXで申込の場合はFAX番号

※1件につき5名までお申し込みいただけます。

※申込方法と同じ方法で代表者の方に整理番号と詳細をお知らせします。

締切　11月18日（水）※定員に達し次第締切

申込問合　総務課（教育）　4階43番　☎6915-9734　FAX6913-6235

メールアドレス　tsurumi-gakushu@city.osaka.lg.jp

鶴見区役所総務課教育担当「ヒューマンシアター　長いお別れ」係

**「成人の日記念のつどい」代表者募集**

日時　令和3年1月11日（月・祝）

場所　鶴見区民センター

対象　平成12年4月2日～平成13年4月1日に生まれた方

役割　①誓いの言葉 ②花束贈呈

申込方法　電話・メール

※希望する役割（①または②）・氏名・生年月日・住所・電話番号・メールアドレスをお知らせください。

※応募者多数の場合は抽選

条件

代表者説明会〈11月26日（木）19時～〉とリハーサル〈1月10日（日）午前中〉に両日出席できる方

締切　11月13日（金）

式典はお住まいの中学校区別に開催します。　（詳細はホームページに掲載しています）

お住まいの中学校区または出身の中学校　茨田中学校下　開始時間　10時00分

お住まいの中学校区または出身の中学校　今津中学校下　開始時間　11時45分～

お住まいの中学校区または出身の中学校　茨田北中学校下・横堤中学校下　開始時間　14時00分～

お住まいの中学校区または出身の中学校　緑中学校下・旭東中学校下　開始時間　15時45分～

※新型コロナウイルス感染症拡大状況により、中止及び内容変更をする可能性があります。

申込問合　鶴見区成人の日記念のつどい　実行委員会事務局　総務課（教育）　4階43番

☎6915-9734　メールアドレス　tsurumi-gakushu@city.osaka.lg.jp

**空き家の管理セミナー・個別相談会**

無料

住まい（空き家）の維持管理や処分などに関するセミナーを開催します。

セミナー終了後、ご希望の方には専門家による個別相談会も実施します。

日時　12月13日（日）10時～12時（受付9時45分～）

①セミナー…10時～11時15分

②個別相談会…11時30分～12時（1組30分）

場所　つるみ日建ホール（鶴見区民センター大ホール）

講師　（一社）大阪府不動産コンサルティング協会

定員　①50名 ②10組（いずれも先着順）※②のみの参加は不可

申込方法　電話・FAX・メール

※住所、氏名、電話番号、参加人数、②個別相談会への参加希望の有無（有の場合は、相談内容も）をお知らせください。

申込期間　11月9日（月）～30日（月）

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスク着用でご参加ください。

※発熱や咳・咽頭痛などの症状がある方は、参加をご遠慮ください。

※詳しくは、ホームページをご覧ください。

問合　「空き家の管理セミナー・個別相談会」申込係　市民協働課1階⑧番　☎6915-9848

FAX6913-6235　メールアドレス　tr0002@city.osaka.lg.jp

**ノロウイルスにご注意ください！ご家庭でできる食中毒予防のポイント**

□牡蠣などの二枚貝の生食は避け、加熱が必要な食品は中心部まで十分加熱しましょう。（中心温度85℃～90℃で90秒以上）

□調理や食事前、トイレの後は手指の洗浄消毒を徹底しましょう。石けんでの手洗いは、手指に付着したウイルス量を減らすために最も効果的な方法です。手洗いを2回繰り返すとより効果的です。

□調理器具や調理台は洗浄消毒して、いつも清潔にしましょう。ノロウイルスを不活化する方法としては、※次亜塩素酸ナトリウム（塩素系漂白剤）による消毒、熱湯消毒が有効です。

※次亜塩素酸ナトリウムは手指の消毒に用いることができず、使用できない調理器具がありますので使用上の注意をよく読んでご使用ください。

問合　保健福祉課（生活衛生）　1階⑪番　☎6915-9973

**11月は「乳幼児突然死症候群(SIDS)」の対策強化月間です**

**～睡眠中の赤ちゃんの死亡を減らしましょう～**

乳幼児突然死症候群(SIDS)とは

何の予兆や既往歴もないまま乳幼児が死に至る原因の分からない病気です。主に睡眠中に起こります。

平成30年には全国で60名の乳幼児がSIDSで亡くなり、乳児期の死亡原因の第4位です。

SIDSのリスクを減らす3つのポイント

①1歳になるまでは、あおむけに寝かせましょう

SIDSは、うつぶせ、あおむけのどちらでも発症しますが、寝かせる時（眠り始める時）にうつぶせに寝かせたときの方が発症率が高いということが研究者の調査から分かっています。医学上の理由でうつぶせ寝を勧められている場合以外は、赤ちゃんの顔が見えるあおむけに寝かせましょう。睡眠中の窒息事故を防ぐ上でも有効です。

②できるだけ母乳で育てましょう

母乳で育てられている赤ちゃんの方がSIDSの発症率が低いということが研究者の調査から分かっています。できるだけ母乳育児にトライしましょう。

③たばこをやめましょう

受動喫煙はSIDS発症の大きな危険因子です。妊娠中の喫煙はおなかの赤ちゃんの体重が増えにくくなりますし、呼吸中枢にも明らかによくない影響を及ぼします。妊婦自身の喫煙はもちろんのこと、妊婦や赤ちゃんのそばでの喫煙はやめましょう。これは身近な人の理解も大切ですので、日頃からご家族や周囲の喫煙者に協力をお願いしましょう。

問合保健福祉課（保健活動）　1階⑪番　☎6915-9968

**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

予約不要

内容　特定健診

料金　無料

実施日・受付時間　11月7日（土）9時30分～11時・令和3年1月11日（月・祝）9時30分～11時

対象（大阪市民）　大阪市国民健康保険に加入の方または後期高齢者医療制度に加入の方

内容　歯科健康相談

料金　無料

実施日・受付時間　12月23日（水）9時30分～11時・令和3年1月20日（水）9時30分～11時

対象（大阪市民）　市民の方

内容　結核健診（エックス線）

料金　無料

実施日・受付時間　11月5日（木）10時～11時・12月10日（木）10時～11時

対象（大阪市民）　15歳以上の方

内容　ＢＣＧ予防接種

料金　無料

実施日・受付時間　11月25日（水）13時30分～15時・12月16日（水）13時30分～15時

※13時より番号札をお渡しします。

対象（大阪市民）　（標準な接種期間）生後5～8か月未満の方（1歳の誕生日の前日まで接種可）　持物　母子健康手帳・予防接種手帳

**夢・未来創造事業**

さまざまな分野で活躍されている企業や団体のご協力を得て小学校で「出前授業」を実施しています。

VOL.7　UNEP（ユネップ）

鶴見緑地公園東側に位置するUNEP IETC（国連環境計画・国際環境技術センター）は、1992年に設立され、環境にやさしい廃棄物管理を促進する世界的拠点として活躍しています。鶴見区の小学校に毎年訪問する出前授業では、6年生3学期において国際連合（UN）を学ぶための授業の一環としてUN、UNEPとUNEP IETCを紹介しています。近年では、特に世界的に注目されているSDGs（持続可能な開発目標）を身近な取り組みとしてお話ししています。UNEP国際環境技術センターの詳しい内容はQRコードからご覧いただけます。

問合　総務課（教育）　4階43番　☎6915-9734

**生涯学習ルーム（各校区の生涯学習ルームを紹介します！）**

第8回　茨田西小学校『絵手紙』

「ヘタでいい、ヘタがいい」を合言葉にハガキ1枚に自分の思いを絵手紙にし、たくさんの人との出会い、また新しい絆を大切にしています。短い文章に感動、喜び、優しさ、勇気などを感じとることのできる身近で手軽にできる講座です。講師の先生はとてもユニークで、楽しく活動しています。絵手紙に興味のある方は、一度覗いてみませんか？

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため休止しており、再開時期は未定です。新規の参加者の募集も中止しています。

問合　総務課（教育）　4階43番　☎6915-9734

**野菜を食べよう！いつもの献立にプラス1皿**

れんこんサラダ

酢とマヨネーズと白味噌が混ざることにより、あっさりしてれんこんのシャキシャキ感で子ども達も嫌がらず食べています。ツナ缶の代わりに鶏のささ身でもおいしいです。

（鶴見区食育推進ネットワーク：今津保育所）

材料（4人分）

れんこん…1/2節

にんじん…小1/2本

きゅうり…1本

ツナ缶（鶏ささ身でもよい）…1缶

A

マヨネーズ…小さじ4

白味噌…小さじ2と1/2

すりごま（白）…大さじ1

砂糖…小さじ4

米酢…小さじ2強

作り方

①れんこんは皮をむき、酢水にさらし、薄めのいちょう切りにし、好みの硬さにゆで、冷ましておく（多少シャキシャキ感が残るほうがよい）。

②きゅうりは縦半分に切り、斜めスライスに切り、塩で軽くもみ、湯を上からかけ、水気をきっておく。

③にんじんはさいころ状に切り、好みの硬さにゆで、冷ましておく。

④ツナ缶は油をきり、フライパンで乾煎りしておく（鶏のささ身を使用する場合は、ゆでて粗熱が取れれば、手で筋をとって食べやすい大きさに裂いておく）。

⑤ボウルに[A]を入れ、よく混ぜておく。

⑥①、②、③、④を[A]であえる。

※1人分エネルギー…128kcal

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

**子育て応援します！病児・病後児保育をご利用ください。**

お子さんが病気で保育所等に通うことができず、お仕事を休めないで困った事はありませんか？

◆病児保育施設とは…病気の回復期に至らないお子さんをお預かりできる施設です。

《鶴見区近辺の病児保育事業 実施施設》

施設名　アリス病児保育室（中野こども病院内）

対象年齢　生後3か月から小学6年生まで

所在地　旭区新森4-13-17

連絡先　6952-4561

施設名　すみれ病院・くるみ乳児院（すみれこどもケアルーム）

対象年齢　生後6か月から小学6年生まで

所在地　城東区古市1-19-23

連絡先　6934-8868

施設名　福田クリニック病児保育室 もりの風

対象年齢　生後6か月から小学6年生まで

所在地　城東区関目1-3-11

連絡先　6930-1188

◆病後児保育施設とは…病気の回復期で保育所等に通うことができず、また保護者が仕事の都合などで家庭での保育が困難な場合、お子さんをお預かりする施設です。

《鶴見区近辺の病後児保育事業 実施施設》

施設名　のぎく保育園（病後児保育室 菜ずな）

対象年齢　生後6か月から小学3年生まで

所在地　鶴見区諸口5-浜14-6

連絡先　6913-9622

施設名　城東ちどり保育園

対象年齢　生後6か月から小学6年生まで

所在地　城東区諏訪3-6-33

連絡先　6167-3755

時間　おおむね8時から17時（時間延長を実施している施設もあります）

開設日　月曜日から土曜日（祝日、年末年始を除く）

利用料　2,500円／日額

手続き　事前登録が必要です。各施設へお申込みください。

※開設時間や延長利用料などの詳細は各施設にお問い合わせください。

問合　保健福祉課（子育て支援）　1階⑫番　☎6915-9107

**11月　無料相談**

マスク着用をお願いします。

対象　市内在住の方

相談名　日時　申込方法　場所

相談名　①法律相談（弁護士）　当日予約制

日時　11月13日（金）13時～17時　11月27日（金）13時～17時（毎月第2・第4金曜日）

申込方法　当日９時～電話（予約専用☎6915-9954）

※16名（先着順）（1人30分以内）

場所　鶴見区役所3階相談室

※予約電話が大変混み合いつながりにくい場合があります。

※換気のため、扉と窓を開けて相談業務を行っています。

相談名　②不動産相談（宅地建物取引士）　当日予約制

日時　11月10日（火）13時～16時(毎月第2火曜日）

申込方法　当日９時～受付（予約専用☎6915-9954）

※6名（先着順）（1人30分以内）

場所　鶴見区役所3階相談室

※予約電話が大変混み合いつながりにくい場合があります。

※換気のため、扉と窓を開けて相談業務を行っています。

相談名　③司法書士相談（相続・贈与、会社・法人の登記、成年後見など）　当日予約制

日時　11月18日（水）13時～16時(毎月第３水曜日）

申込方法　当日9時～電話（予約専用☎6915-9954）

※8名(先着順)（1人45分以内）

場所　鶴見区役所3階相談室

※予約電話が大変混み合いつながりにくい場合があります。

※換気のため、扉と窓を開けて相談業務を行っています。

相談名　④行政書士相談（相続・遺言、帰化申請、建設業・民泊等各種営業許可など）　当日予約制

日時　11月11日（水）13時～16時（奇数月第2水曜日）

申込方法　当日9時～電話（予約専用☎6915-9954）

※8名(先着順)（1人40分以内）

場所　鶴見区役所3階相談室

※予約電話が大変混み合いつながりにくい場合があります。

※換気のため、扉と窓を開けて相談業務を行っています。

相談名　⑤花と緑の相談　問合　鶴見緑地公園事務所　6912-0650

日時　11月11日（水）14時～16時（毎月第2水曜日）

申込方法　当日会場へお越しください。

場所　鶴見区役所1階ロビー

相談名　⑥ごみの出し方・予約方法　リサイクル相談　問合　城北環境事業センター　6913-3960

日時　11月17日（火）14時～16時（毎月第3火曜日）

申込方法　当日会場へお越しください。

場所　鶴見区役所1階ロビー

相談名　⑦人権相談（専門相談員）（いじめ、差別、虐待、セクハラ、DVなど）　一部予約制

日時　【平日】9時～21時　【日・祝】9時～17時30分

申込方法　専門相談員が電話、FAX、メール、面談で相談をお受けします。鶴見区役所で面談をご希望の場合は事前にお申込みください(☎6532-7830)なやみゼロ

※通話料は自己負担

FAX6531-0666　メールアドレス7830@osaka-jinken.net

場所　大阪市人権啓発・相談センター　西区立売堀4-10-18　阿波座センタービル1階

相談名　⑧こころの相談（精神科医）　問合　保健福祉課（保健活動）　6915-9968　事前予約制

日時　11月13日（金）14時～15時30分　11月27日（金）14時～15時30分

申込方法　電話または⑪番窓口　事前予約制（☎6915-9968）

※各日2名（先着順）（1人30分程度）

場所　鶴見区役所1階⑪番窓口

相談名　⑨日曜法律相談　事前予約制

日時　11月22日（日）9時30分～13時30分　阿倍野区役所・都島区役所

申込方法　問合　大阪市総合コールセンター「なにわコール」（☎4301-7285）（なにわコール）

※マスク着用のご協力をお願いします。マスク未着用の場合、相談ブースへの入室はお断りします。

※体調不良とお見受けされる場合は、相談ブースへの入室をお断りすることがあります。

相談名　⑩ナイター法律相談　当日抽選

日時　11月24日（火）18時30分～21時　天王寺区民センター

申込方法　問合　大阪市総合コールセンター「なにわコール」（☎4301-7285）（なにわコール）

※マスク着用のご協力をお願いします。マスク未着用の場合、相談ブースへの入室はお断りします。

※体調不良とお見受けされる場合は、相談ブースへの入室をお断りすることがあります。

**鶴見区　安全・安心通信**

区役所

区役所では「だれもが安心して暮らせるまち鶴見区」をめざして「自転車盗難・ひったくり防止キャンペーン」を行っています。自転車でお越しいただいた方に、ひったくり防止カバーとワイヤー錠の配布を無料で行います。

無料

日時・場所

①11月16日（月）…鶴見北中央公園（鶴見4-7）

②11月27日（金）…緑児童遊園（緑3-3）

各日14時～14時30分　※雨天中止（当日12時までに判断）

※先着100名（無くなり次第終了）

※カゴの種類によっては取付けできない場合があります。

※当日、自転車でお越しください。

※荒天などの都合により、中止になることがあります。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスク着用でご参加ください。

※当日、発熱等の症状がある方は参加をご遠慮ください。

今回配布のカバー　ワイヤー錠

問合　市民協働課　1階⑧番　☎6915-9848