**鶴見区広報紙「広報つるみ」オープンデータ**

**令和５年８月号　No.328**

**酒害教室**

無料　申込不要

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

日時　8月9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

問合　保健福祉課（保健活動）1階11番　電話06-6915-9968

**統合失調症の家族教室**

無料

統合失調症について、家族が正しい知識を学び、本人への接し方などを参加者のみなさんと考えてみませんか？

日時　8月16日（水）13時30分～15時30分

場所　区役所2階 集団検診室

講師　自立アシスト相談 主任生活相談支援員

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ご連絡ください

内容　自立アシスト相談 主任生活相談支援員による講話「生活困窮者自立支援制度を知ろう」、家族交流会、問題解決技法を用いたグループセッション

申込　電話・窓口

問合　保健福祉課（保健活動）1階11番　電話06-6915-9968

**地域生活向上教室（ほっこり・ほのぼの）**

無料

仲間と一緒にほっこりとした時間を過ごしてみませんか？ 午前の教室なので生活リズムも整います。

日時　①8月17日（木）、②9月7日（木）各日9時30分～11時30分

場所　①区役所2階 集団検診室　②区役所3階 303会議室

内容　ミーティング、軽い運動、SST（ソーシャルスキルトレーニング）など

対象　統合失調症を中心とする精神障がいのある方

※主治医の意見書が必要です。初めて参加される方は必ず事前にご連絡ください

申込　電話・窓口

問合　保健福祉課（保健活動）1階11番　電話06-6915-9968

**うつ病の家族教室**

無料

うつ病についての正しい知識を学び、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　8月26日（土）、9月9日（土）各日14時～16時

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）

内容　精神科医師による講演、家族交流会

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　電話・窓口

締切　8月18日（金）

問合　保健福祉課（保健活動）1階11番　電話06-6915-9968

**健康づくりひろげる講座**

無料

健康づくり・介護予防活動の担い手として地域で活躍できる人材を養成する講座です。

「楽しく健康づくりに取り組む」をテーマにした専門家の講義のほか、百歳体操の基本や地域での活動について学べます。

※修了者の方は、鶴見区健康づくり推進協議会「ふれんど会」に入会できます

日時　第1回　9月13日（水）　開講式・オリエンテーション「これだけは知っておきたい病気のお話」

第2回　9月20日（水）　「今日からできる、家でもできる♪運動のお話」

第3回　9月27日（水）　「知って納得！健康づくりのためのお食事ガイド」

第4回　10月3日（火）　「お口の健康があなたを救う！いつまでも元気に過ごすためのお口のお話」

第5回　10月11日（水）　「一度はやってみたい♪ヨガ体験でリフレッシュ」

第6回　10月17日（火）　「地域の方が参加できる活動の場のお話」グループワーク・閉講式

各日10時～12時

場所　区役所2階 集団検診室

講師　大野 利佐子氏（医師）・高濱 祐也氏（理学療法士）・金田 恵美氏（栄養士）・泉井 英子氏（歯科衛生士）・横瀬 ゆり氏（ヨガインストラクター）・安藤 美希氏（鶴見区社会福祉協議会生活支援コーディネーター）

対象　区内在住・在勤で、原則6回とも参加可能な方

※4回以上受講された方には修了証をお渡しします

定員　15名（先着順）

申込　電話・窓口（8月7日から受付開始）

締切　8月31日（木）

申込・問合　保健福祉課（保健活動）1階11番　電話06-6915-9968

**家庭教育支援講座**

**「子どもたちがスマートフォンと上手につきあっていくために」**

無料

子どもたちのスマートフォン（スマホ）利用時間は年々増えています。それに伴い、SNSトラブルやスマホ依存などさまざまな問題が発生しています。

この講座では、子どもたちが抱えているネットトラブルの現状などを詳しく解説し、その対策と親子でできる取組みを紹介します。

日時　9月23日（土・祝）14時～16時

※13時30分開場

場所　鶴見区民センター 小ホール

講師　一般社団法人関西ICT協会　白石 光行氏

（地域ニュースサイト号外NET・本氣（マジ）メディア株式会社代表取締役、関西大学非常勤講師）

三井 俊和氏

（WEBデザイナー、情報モラル講師、京都府警察ネット安心アドバイザー）

対象　子育て中の方、講演内容に関心のある方

定員　150名（先着順）

申込　ファックス・メール・窓口・行政オンラインシステム

［申込内容］①参加者全員の氏名・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）

③ファックスでお申し込みの方はファックス番号

※1件につき2名までお申し込みいただけます

※後日、代表者に整理番号と詳細をお知らせします

締切　9月8日（金）

主催　鶴見区生涯学習推進会議、鶴見区生涯学習推進員連絡会、鶴見区役所

申込・問合　総務課（教育）4階43番

電話06-6915-9734　ファックス06-6913-6235

メール　turumi-gakushu@city.osaka.lg.jp

**第7回 鶴見区スリーアイズ大会**

無料

スリーアイズは、チーム対抗で9つのマス目に交互にボールを投げ入れて得点を競う、バリアフリーのスポーツです。

日時　9月17日（日）13時～18時（予定）

場所　鶴見スポーツセンター

対象　区内在住・在勤の方

定員　24チーム（先着順）

※1チーム3～5名

申込　ファックス

※申込書にチーム名、代表者氏名・住所、選手氏名・住所・年齢・性別を記入のうえ、お申し込みください

※申込書は「大阪鶴見ええまちネットワーク」のホームページからダウンロードしてください

締切　9月7日（木）

主催　鶴見区体育厚生協会、鶴見区役所

協力　鶴見区スポーツ推進委員協議会

申込・問合　NPO法人 大阪鶴見ええまちネットワーク

電話06-6912-6133　ファックス06-6912-6134

**平和学習パネル展示**

無料　申込不要

今年は大阪空襲の様子を絵画として表現した「大阪空襲体験絵画」のパネルを展示いたします。終戦記念日を含み、平和学習への関心が高まる8月に、戦争と平和について改めて考えてみませんか？

期間　8月9日（水）～8月22日（火）

場所　区役所1階 区民ギャラリー

主催　鶴見区人権啓発推進会、鶴見区人権啓発推進員連絡会、鶴見区役所

問合　総務課（教育）4階43番　電話06-6915-9734

**バランスよく食べよう！**

**食育レシピ**

じゃこピーマン

（1人分あたり16kcal　食塩相当量0.3g）

じゃこのうま味がピーマンの苦みを和らげてくれます。

材料（4人分）

ピーマン　4個（約100g）

ちりめんじゃこ　12g

油　小さじ1/2弱

砂糖　小さじ1/2弱

料理酒　小さじ1/3

こいくちしょうゆ　小さじ1/2

作り方

①ピーマンは種をとり、細切りにする。

②フライパンに油を熱し、ピーマン、ちりめんじゃこの順に炒める。

③最後に、砂糖、酒、こいくちしょうゆで味付けしてなじませれば完成。

※じゃこの塩加減によって調味料を調整する

ピーマンは縦切りにすると歯ごたえがでます。横切りにすると軟らかく仕上がり、ピーマンが苦手な方でも食べやすくなります

［レシピ提供］鶴見区食育推進ネットワーク：市立小学校・中学校

［撮影協力］茨田北小学校栄養教諭　江畑先生（中央）、鶴見区食生活改善推進員協議会　茨田東校区　榮倉さん（左）・山田さん（右）

問合　保健福祉課（健康づくり）1階11番　電話06-6915-9882

**児童扶養手当の現況届手続きのお知らせ**

児童扶養手当を受給している方に「お知らせ（現況届について）」を送付しますので、8月中に「現況届」を提出してください。

提出がない場合は、令和6年1月期からの児童扶養手当の支払を受けることができなくなります。

問合　保健福祉課（子育て支援）1階12番

電話06-6915-9107

**特別児童扶養手当・特別障がい者手当等の所得状況届および現況届の提出について**

特別児童扶養手当の認定を受けている方に「所得状況届」を、特別障がい者手当・障がい児福祉手当・福祉手当の認定を受けている方に「現況届」を送付しています。必要事項をご記入の上、8月10日（木）～9月11日（月）までに提出してください（土・日・祝日を除く）。期間内に提出されないと、8月分以降の手当の支給が遅れる場合があります。また、前年の所得額等により、支給が停止されることがあります。

問合　保健福祉課（障がい者支援）1階13番

電話06-6915-9857

**外国籍のお子さんの入学手続きのご案内**

令和6年（2024年）4月に大阪市立の小・中学校に入学を希望する外国籍のお子さんの保護者の方は、9月29日（金）までに手続きをしてください。

入学できるお子さん

小学校

平成29年（2017年）4月2日から平成30年（2018年）4月1日までに生まれたお子さん

中学校

令和6年（2024年）3月に小学校を卒業見込みのお子さん

申請方法

入学できるお子さんの保護者の方へ区役所から8月中旬に「入学のご案内」を送ります。入学のご案内の右側にある「入学申請書」に必要なことを書いて［〒538-8510／（住所不要）鶴見区役所窓口サービス課（住民情報）］に送るか持ってきてください。引越しなどにより「入学のご案内」を持っていなくても、区役所で手続きすることができます。

※学校選択制の書類は別途8月下旬から9月上旬に送ります（新中学1年生は小学校から配ります）

※入学される学校は、12月末までに区役所からお知らせします

問合　窓口サービス課（住民情報）1階3番

電話06-6915-9963

**「国民健康保険料のための所得申告書」の提出をお願いします**

前年の所得を申告されていない方がいる世帯へ「国民健康保険料のための所得申告書」を7月に送付しています。国民健康保険料の軽減（7・5・2割）および減免を受けるためには、世帯全員の所得が判明している必要がありますので、税の申告が不要な場合でも、国民健康保険にかかる所得の申告を行ってください。

なお、申告書が未提出の世帯を対象に、8月より「大阪市国民健康保険コールセンター」から電話で申告書の提出を呼びかけていますので、必ず提出をお願いします。

問合　窓口サービス課（保険年金）3階31番

電話06-6915-9956

**区役所で実施する各種健診・検査のお知らせ**

予約・問合　（健診内容・健診場所などに関すること）保健福祉課（健康づくり）1階11番　電話6915-9882

問合　（特定健診・受診券に関すること）窓口サービス課（保険年金）3階31番　電話06-6915-9956

予約制※

内容　大腸がん検診★　免疫便潜血検査

料金　300円

実施日・受付時間　9月7日（木）13時30分～14時50分・10月22日（日）9時30分～10時50分・11月26日（日）9時30分～10時50分

対象（大阪市民）　40歳以上の方（昭和59年3月31日以前生まれの方）

内容　肺がん検診★　エックス線（条件によりかく痰検査を実施）

料金　無料（かく痰検査は400円）

実施日・受付時間　9月7日（木）13時30分～14時50分・10月22日（日）9時30分～10時50分・11月26日（日）9時30分～10時50分

対象（大阪市民）　40歳以上の方（昭和59年3月31日以前生まれの方）

内容　乳がん検診★マンモグラフィ検査

料金　1,500円

実施日・受付時間　8月22日（火）18時30分～19時50分・9月7日（木）9時30分～10時50分・10月22日（日）13時30分～14時50分

対象（大阪市民）　40歳以上の女性で隔年受診（昨年度受診されていない方）

内容　骨量検査

料金　無料

実施日・受付時間　8月22日（火）18時30分～19時50分・9月7日（木）9時30分～10時50分・10月22日（日）13時30分～14時50分

対象（大阪市民）　18歳以上の方（平成18年3月31日以前生まれの方）

予約不要

内容　特定健診

料金　無料

実施日・受付時間　9月7日（木）9時30分～10時50分・10月22日（日）9時30分～10時50分

対象（大阪市民）　大阪市国民健康保険（40歳以上）または後期高齢者医療制度の被保険者の方

内容　歯科健康相談

料金　無料

実施日・受付時間　9月7日（木）9時30分～10時50分

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　8月16日（水）10時～11時・9月8日（金）10時～11時

対象（大阪市民）　15歳以上の方

★印のものは、勤務先で同程度の検診を受診できる方は対象外となります。

※定員に達し次第、受付終了します。

**乳幼児健診**

無料　申込不要

問合　保健福祉課（健康づくり）1階11番　電話06-6915-9882

※対象の方には事前に個別にご案内します。

※日程は表のとおり予定していますが、対象人数によっては実施日が変わる場合があります。必ず『健康診査のお知らせ』をご確認ください。

内容　3か月児健康診査

日　8月14日（月）

対象　令和5年4月3日～4月19日生まれ

内容　3か月児健康診査

日　8月28日（月）

対象　令和5年4月20日～5月7日生まれ

内容　1歳6か月児健康診査

日　8月8日（火）

対象　令和4年1月26日～2月9日生まれ

内容　1歳6か月児健康診査

日　8月22日（火）

対象　令和4年2月10日～2月25日生まれ

内容　3歳児健康診査

日　8月10日（木）

対象　令和2年1月7日～1月21日生まれ

内容　3歳児健康診査

日　8月24日（木）

対象　令和2年1月22日～2月9日生まれ

**マイナンバーカードの受取はお早めに！**

マイナンバーカードの交付準備が整った方から順次「マイナンバーカード交付通知書・電子証明書発行通知書」（以下、交付通知書）をご自宅に郵送しています。交付通知書のほか、必要な書類を持参のうえ、区役所窓口でお受取りください。

交付通知書に記載の受取期限を過ぎたカードにつきましても、当面の間、破棄せず保管しています。

令和5年2月末までに申請された方は、マイナンバーカード受取後にお手続きいただくとマイナポイントがもらえます。マイナポイントの申込期限は令和5年9月末までですが、終了間際は受取窓口が混み合うことが予想されますので、お早めにお越しください。

問合

◎カード受取について

窓口サービス課（住民情報）1階3番　電話06-6915-9963

◎マイナポイントについて

マイナンバー総合フリーダイヤル　フリーダイヤル0120-95-0178

（平日9時30分～20時／土日祝9時30分～17時30分）

**8月　無料相談**

対象　大阪市民の方

行政オンラインシステムでの予約　★印が対応

申込期間　毎月1日から相談日4日前まで

定員　各2名（先着順）

相談名　1 法律相談（弁護士）　予約制

日時　8月25日（金）13時～17時（毎月第2・第4金曜日）

※8月11日（金）は実施しません

申込方法　当日9時～電話（予約専用電話06-6915-9954）

定員　16名（先着順）（1人30分以内）

場所　区役所3階 つるみっ子ルーム前

問合　総務課（政策推進）電話06-6915-9683

相談名　2 不動産相談（賃貸、売買契約、空家問題など）　予約制

日時　8月10日（木）13時～16時・8月28日（月）13時～16時（毎月第2木曜日・偶数月第4月曜日）

申込方法　当日9時～電話（予約専用電話06-6915-9954）

定員　6名（先着順）（1人30分以内）

★行政オンラインシステムでの予約可

場所　区役所3階 つるみっ子ルーム前

問合　総務課（政策推進）電話06-6915-9683

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）　予約制

日時　8月16日（水）13時～16時（毎月第3水曜日）

申込方法　当日9時～電話（予約専用電話06-6915-9954）

定員　8名(先着順)（1人45分以内）

★行政オンラインシステムでの予約可

場所　区役所3階 つるみっ子ルーム前

問合　総務課（政策推進）電話06-6915-9683

相談名　4 行政なんでも相談（「横断歩道が消えている」「信号をつけてほしい」など）

日時　8月25日（金）14時～16時（毎月第4金曜日）

申込方法　当日会場にて受付

場所　区役所3階 つるみっ子ルーム前

問合　総務課（政策推進）電話06-6915-9683

相談名　5 花と緑の相談　問合　鶴見緑地公園事務所　電話06-6912-0650

日時　次回は9月13日（水）です。

申込方法　当日会場にて受付

場所　区役所1階 ロビー

相談名　6 ごみの相談　フードドライブ　問合　城北環境事業センター　電話06-6913-3960

日時　8月15日（火）14時～16時（毎月第3火曜日）

申込方法　当日会場にて受付

※食品の持ち込みは14時以降にお願いします

場所　区役所1階 ロビー

相談名　7 人権相談（いじめ、差別、虐待、セクハラ、パワハラ、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　専門相談員が電話で相談をお受けします。区役所で面談を希望される方は事前にご予約ください。

（電話06-6532-7830（なやみゼロ））※通話料は自己負担

相談名　8 精神科医によるこころの相談　問合　保健福祉課（保健活動）電話06-6915-9968　予約制

日時　8月25日（金）14時30分～16時

申込方法　本人（鶴見区民）およびご家族からの相談も可能です。電話、窓口事前予約制（電話06-6915-9968）

定員　2名（先着順）（1人30分程度）

場所　区役所1階 相談室

相談名　9 日曜法律相談　予約制

日時　8月27日（日）13時～17時　西区役所・阿倍野区役所

申込方法　予約　8月18日（金）正午～8月26日（土）17時（予約専用電話050-1807-2537 [AI電話24時間受付]）

定員　各16組（先着順）（1人30分）

問合　大阪市総合コールセンター「なにわコール」（電話06-4301-7285（なにわコール））年中無休・8時～21時

相談名　10 ナイター法律相談

※今月は実施しません

**台風シーズン到来！　今からはじめよう！**

**災害の備え「やっておくべきこと」リスト**

もしものときのために、日頃の準備と早めの行動をとる必要があります。

大きな災害が起こる前に、日常のタイミングで対策しておくことが大事です。

**1 警戒レベルを正しく理解しよう**

災害時に表示される「警戒レベル」は、避難のタイミングを知るための重要な情報ですので、正しく理解しましょう。情報は大阪市や区のホームぺージ、「大阪市防災アプリ」でも確認できます。

マイタイムラインとは

災害に備えて、ご自身が家族や生活の状況に合わせた逃げ方を考えておくものです。いつどのタイミングで誰が何をするのか考えておきましょう。

警戒レベル１

とるべき行動

災害への心構えを高める

避難に備えて作っておこう！「マイタイムライン」（マイタイムラインの例）

警戒レベル１

非常用持ち出し袋を再確認しておく（お母さん）

警戒レベル2

とるべき行動

洪水注意報・大雨注意報

自らの避難行動を考える

避難に備えて作っておこう！「マイタイムライン」（マイタイムラインの例）

警戒レベル2

おじいちゃんの常備薬を確認する（お母さん）

家族の携帯電話を充電しておく（お兄ちゃん）

警戒レベル3

とるべき行動

高齢者は危険な場所から避難！

避難に備えて作っておこう！「マイタイムライン」（マイタイムラインの例）

警戒レベル3

親せきや知人に自分たちの避難先を伝えておく（お父さん）

家の戸締りを確認する（お父さん）

警戒レベル4

とるべき行動

危険な場所から全員避難！

避難に備えて作っておこう！「マイタイムライン」（マイタイムラインの例）

警戒レベル4

●●小学校に避難する（全員）

※避難経路の状況によっては早めに家を出る

（マイタイムラインの例）

警戒レベル5

とるべき行動

命の危険

直ちに安全確保

避難に備えて作っておこう！「マイタイムライン」（マイタイムラインの例）

警戒レベル5

避難完了

状況を親戚や知人に連絡する

**2 家の周囲、内部を点検・対策しよう**

●家の周囲に不良箇所がないか確認し、必要に応じて修理する

・雨どいの破損、詰まり

・雨水ますの点検、清掃　など

●鉢植えや物干し竿など飛散の危険がある物を室内に移す

●ガラス窓や扉には飛散防止フィルムやガムテープを貼る

●家の浸水を防ぐ

・土のうを準備する

・土のうが無い場合は、ごみ袋やプランター、ポリタンク、レジャーシートなどの身近なものを利用する

（例）ごみ袋で簡易水のうを作り、玄関等の前に隙間なく詰めると、浸水を軽減できる

●家財を2階などの高い所へ移動する

・重要書類、家電製品、数日分の衣類を高い所に移動する

**3 避難場所を考えておこう**

災害から命を守るために、みなさんの置かれた状況に応じて、あらかじめ避難方法を検討しておきましょう。

例）水害の場合

浸水する可能性がない場所や、安全な階にお住まいの場合は

→自宅にとどまる（在宅避難）

安全な場所に住んでいて、身を寄せられる家族や親せき・知人が

→いる

→家族や親せき・知人宅へ避難（分散避難）

安全な場所に住んでいて、身を寄せられる家族や親せき・知人が

→いない

→避難所へ避難

※避難所が開設しているか必ずホームページ等で確認のうえ避難してください。

避難所へ行くことだけが避難ではありません!!

**4 「大阪市防災アプリ」をダウンロードしよう**

リニューアルでより使いやすくなった「大阪市防災アプリ」をダウンロードしておけば、いざという時、より安全な避難が可能です。

主なリニューアル点

ひと目でわかる防災シグナル

情報が発令されるとトップ画面でお知らせ

オフラインでも使える防災マップ

開設している避難所や行き方のルートがわかる

日ごろから使える雨雲レーダー

15時間先までの降水強度分布予測がわかる

みんなが使いやすい多言語対応

英語、中国語ほか“やさしい日本語”にも対応

**5 防災に関する出前講座を受講しよう**

鶴見区役所では、ご要望に基づいて防災に関する出前講座を行っています。

★少人数でも開催できます

★休日や夜間にも開催できます

★ご希望に沿った内容で開催します

このほか、自主防災組織や災害マニュアル作成などのお手伝いもしますので、お気軽にお問い合せください。

ご依頼はこちら

電話06-6915-9846

**6 最低限必要な持ち出し品を決めておこう**

チェックリスト

□食料品（飲料水・非常食）

□日用品（ラジオ・懐中電灯等）

□雨具・衣類

□緊急医薬品（常備薬も忘れずに）

□貴重品（通帳・現金・マイナンバーカード等）

□その他

・口腔ケア用品（歯みがきセット等）

・予備電池・携帯充電器

・ペン・ノート

・子どもがいる家庭の備え

・女性の備え

・高齢者がいる家庭の備え

自分にあったものを事前に準備しておきましょう

詳しくはこちら

問合　市民協働課1階8番　電話06-6915-9846

**鶴見区防災マップ2023（保存版）**

問合せ　市民協働課 1階8番　電話06-6915-9846

**災害用伝言ダイヤル「171」**

地震などの災害が起こると、固定電話や携帯電話の通話が一気に集中してつながらない状況が続くことがあります。このような場合は、災害用伝言ダイヤル「171」サービスが開設されます。

**広域避難場所**

同時多発火災が発生し、人命に著しい被害を及ぼすと予測される場合の、避難に適する大きな公園など。

**災害時避難所**

宿泊・給食等の生活機能を提供できる施設。小・中学校など。

**水害時避難ビル**

私立学校や市営住宅等の公共施設のほか、民間企業等の協力を得て水害時避難ビルを確保しています。

**一時避難場所（地震）**

一時的に避難できる場所。広場や公園、学校の校庭など。

**臨時避難所**

臨時避難所は避難状況を見ながら開設します。

発災当初は受け入れを行っておりません。

**いざというときの連絡先**

■鶴見区役所〈防災〉　電話06-6915-9846

■鶴見警察署〈防犯・交通〉　電話06-6913-1234

■鶴見消防署〈消防・救急〉　電話06-6912-0119

■鶴見区保健福祉センター〈防疫〉　電話06-6915-9973

■鶴見緑地公園事務所〈街路樹〉　電話06-6912-0650

■水道局 お客さまセンター〈水道〉　電話06-6458-1132

■建設局中浜工営所〈道路・橋〉　電話06-6969-2656

　※夜間（17:30～翌9:00）・休日等の緊急対応窓口　宿日直センター　電話06-6947-7981

■クリアウォーターOSAKA（株）中浜管路管理センター〈下水道〉　電話06-6969-5843

■環境局城北環境事業センター〈ごみ〉　6電話06-913-3960

■関西電力〈電気の事故〉　電話0800-777-3081

■大阪ガス〈ガスもれ〉　フリーダイヤル0120-019424

**区内救急指定病院**

■新協和病院　電話06-6969-3500

■本田病院　電話06-6939-6251

■和田病院　電話06-6911-0003

■コープおおさか病院　電話0570-06-1100

■藍の都脳神経外科病院　電話06-6965-1800

**「ひったくり防止キャンペーン」のお知らせ**

無料

自転車でお越しいただいた方に、ひったくり防止カバーの無料取付け（限定100枚）を実施します。

日時　8月18日（金）18時～19時

場所　イオンモール鶴見緑地（鶴見4-17-1）1階

14番出入口フルールガーデン駐輪場付近

問合　市民協働課（防犯）1階8番　電話06-6915-9848

**令和5年度 鶴見区SDGsポスターコンクール**

無料

夏休みの取組みとして、ポスターコンクールへ参加しませんか。参加いただいた皆さんには参加賞や入賞賞品もありますので、ふるってご参加ください！

最終審査に残った作品は、区役所内やホームページ、区内企業の展示スペース等での紹介を予定しています。

題材　SDGsの17のゴール（目標）から自分が興味を持ったものを1つ選んで、世界にひとつのオリジナルアイコンをデザインしよう！

対象　小学4年生から6年生

締切　8月31日（木）

申込　持参

①各小学校（大阪市立の小学校に在籍している方）

在籍学校名、クラス、氏名、選んだゴールの番号、作品の簡単な説明を画用紙の裏面にご記入のうえ、担任の先生にご提出ください。

②鶴見区役所（①以外）

上記に加え、住所、連絡先をご記入のうえ、区役所4階42番窓口にご提出ください。

申込・問合　総務課（政策推進）4階42番　電話06-6915-9176

**全員に記念品プレゼント！**

**「こどもつる魅力検定」受験者募集！**

無料

未来を担う子どもたちが、区の歴史やまちの魅力を知り、区への愛着を育むきっかけに小学生対象の「こどもつる魅力検定」を今年も実施します。

16問以上正解した方の中から抽選で景品をプレゼント！

試験会場　自宅

対象　小学3年生から6年生

締切　8月31日（木）

応募方法　鶴見区役所・鶴見図書館等に設置している応募用紙の解答欄に答えを記入し、メール、郵送、持参にて提出してください。

〈メール〉tr0008＠city.osaka.lg.jp

※件名に「こどもつる魅力検定」と明記

〈郵送〉〒538-8510 鶴見区役所「こどもつる魅力検定」係

〈持参〉区役所 4階42番窓口へお持ちください

問合　総務課（政策推進）4階42番　電話06-6915-9176

**災害にも負けない健康づくり！　Vol.2**

大規模災害時は、体調不良でも病院で診療を受けられない可能性があります。困らないよう普段から備えておきましょう。

●ストレスをため過ぎない

自分なりのストレス解消方法を見つけておくと心の健康を保ちやすくなります。

どんなことをすると気持ちが軽くなるのか、気分転換できるのか確認しておきましょう。

●持病がある・健康診断で病気の可能性を指摘されたことがある方は

普段から受診して必要な治療を受け、できるだけ良い健康状態を保ちましょう。

災害時は薬が手に入りにくく、薬の不足は体調悪化につながるため、お薬手帳と一緒に準備してすぐ持ち出せるようにしておきましょう。

●食事の工夫が必要な方は準備を忘れずに

少なくとも3日分、できれば7日分は備えておきましょう。

問合　保健福祉課（保健活動）1階11番　電話06-6915-9968

**鶴見区役所とイオンモール鶴見緑地が取り組む**

**大阪・関西万博共創チャレンジ企画**

イオンモール鶴見緑地の1階コンコースを活用して、企業（団体）PRと万博の応援をしませんか。「『昔の』『今の』『未来への』今昔物語」と題し、企業（団体）のめざすべき姿をパネルやポスターなどの形で展示します。応募方法など詳細はホームぺージをご確認ください。

問合　総務課（政策推進）4階42番　電話06-6915-9176

**8月は「こども110番月間」です**

地域のこどもは地域で守り、子どもたちが安心して暮らせる環境を確保するため、「こども110番」運動を推進しています。子どもたちには、登下校や遊ぶときに防犯ブザーやホイッスルを持たせ、使えるように教えましょう。

5つの約束を家庭で心がけ、子どもたちに伝えましょう。

①一人で遊びません

②知らない人について行きません

③つれて行かれそうになったら大声を出してたすけをもとめ、「こども110番の家」へにげこみます

④だれとどこで遊ぶか、いつ帰るかを家の人に言ってから出かけます

⑤お友だちがつれて行かれそうになったら、すぐに大人の人に知らせます

問合　総務課（教育担当）4階43番　電話06-6915-9734

**チカツキョウだヨ！ 全員集合**

**あなたのまちの地活協・もっと知ろう！**

**第3回**

あなたのまちの地活協を知っていただくために、区内の12地活協について順次紹介していきます。

第3回は、茨田南地域（茨田南小学校区）と茨田地域（茨田小学校区）です。

**茨田南地域活動協議会**

（諸口2-4-36／電話06-6913-7200）

スローガン「若者と高齢者が笑顔でつどう、人にやさしいまちをめざして」

（規約第3条より）

令和5年度・地活協の事業（予定）

●通年：青色防犯パトロール、地域防犯活動（児童見守り等）、防犯灯設置事業、地域学校協働活動、ネットワーク委員会活動、子育てサロン、ふれあい喫茶、ペットボトルキャップ回収事業、リサイクル事業、アクアテラス維持・管理事業、広報活動

●6月：グランド・ゴルフ大会、防災リーダー研修会

●8月：茨田南納涼盆踊り大会

●9月：避難所開設訓練

●11月：茨田南小学校日曜参観防災訓練・茨田南もちつき大会

●12月：歳末夜警

茨田南納涼盆踊り大会（令和4年8月12日開催）

町会へのお問合せはコチラから

地域振興町会は地活協の中心的存在であり、コミュニティづくりや防災活動等の身近な活動を行っています。

**茨田地域活動協議会**

（中茶屋1-1-4／電話06-6912-5900）

スローガン「茨田地域の緑と絆を守り安全で暮らしやすいまちを目指して」

（定款第3条より）

令和5年度・地活協の事業（予定）

●通年：青色防犯パトロール、地域防犯活動、登校見守り活動、地域学校協働活動（はぐくみ事業）、百歳体操、いきいき活動、ふれあい喫茶、子育てサロン、手芸サロン、のろネコ、地域内清掃、アクアテラス維持・管理事業、広報活動

●4月：さくらまつり

●5月：グラウンドゴルフ大会（1回目）

●6月：茨田カラオケ大会

●7月：茨田夏まつり

●11月：すくすくまつり、グラウンドゴルフ大会（2回目）

●12月：ふれあいのつどい・歳末夜警

●3月：避難所開設訓練

手芸サロン（令和5年4月17日開催）

町会へのお問合せはコチラから

地域振興町会は地活協の中心的存在であり、コミュニティづくりや防災活動等の身近な活動を行っています。

8月イベントカレンダー

4日（金）・5日（土）

今津　盆踊り大会／19時～　今津小学校

茨田北　盆踊り大会／18時～　茨田北小学校

鶴見北　盆踊り大会／19時～　鶴見小学校

5日（土）・6日（日）

榎本　盆踊り大会／18時～　榎本小学校

横堤　縁日／17時～　横堤小学校

11日（金・祝）・12日（土）

茨田南　納涼盆踊り大会／18時～茨田南小学校

※開始時間は変更となる場合があります

今回紹介した2地活協を含む各地活協の最新の広報紙はコチラから

問合　鶴見区まちづくりセンター

電話　06-6967-8931

メール　turumi-machikyou@arion.ocn.ne.jp

鶴見区まちづくりセンターホームページ

これまでのまちづくりセンターの活動を公開

facebook

つるカフェ

日常の情報を適宜配信

ツルカフェチャンネル

ふれあい喫茶、会長インタビュー、構成団体インタビュー、みんなで踊ろう盆踊りを公開中

**内田区長の見て×聞いて**

全国各地で「地震」や「大雨」などによる被害が見受けられます。大切な命を守るため、住民の皆さまには、災害時の適切な避難行動とともに、日頃からの備えを心がけていただくようお願いします。

今月号の特集は、「災害への備え」です。特集記事の防災マップでお住い近くの避難所などの確認をお願いします。防災情報を提供する「大阪市防災アプリ」も大きくリニューアルされ、災害時はもちろん雨雲レーダーなど日常生活でも役立つものとなりました。日頃からご利用いただくことで「いざ！」という時にも容易にご活用いただけます。紙面のQRコードからダウンロードのうえ、まずは使ってみてください。

また、鶴見区では、地域等からご要望いただきましたら防災に関する「出前講座」も実施しています。ぜひともご利用ください。

災害は「どこでも起こりうる身の周りにあるもの」です。皆さま一人ひとりが災害を「他人事」ではなく「自分事」として捉え、日頃から災害への備え、いざというときに行動すべきことを知っておいていただくようお願いいたします。

鶴見区長　内田 忠憲