

鶴見区民まつりを中止します

令和3年9月12日(日)に予定していましたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止します。



令和4年4月に入学する小学校・中学校を選択できます

鶴見区では小学校・中学校に入学するときに、それぞれ1回ずつ区内の学校を選択できます。制度の内容や学校の方針を十分ご理解いただいた上でお選びください。「学校案内」冊子を配付しますので、詳しくは冊子をご確認ください。

- 市立小学校に通学している6年生 2学期初めに小学校から配付
- 小学1年生になる方・私学等に通う6年生 8月下旬に自宅に郵送



学校選択制個別相談会も開催します。
 ※学校選択について個別に相談されたい場合は、電話・メールでも受付しています(平日9時～17時30分)。
 ※鶴見区の学校選択制に該当しない場合はご相談をお受けできません。
 ※鶴見区における学校選択制の個別相談会です。学校に関する説明ではありませんのでご注意ください。

日時 9月26日(日) 10時～11時
 ①10時～10時15分 ②10時15分～10時30分
 ③10時30分～10時45分 ④10時45分～11時
 ※ご希望の時間に対応ができない場合は、ご連絡させていただきます。

場所 区役所4階 403・404会議室
対象 鶴見区在住の方
定員 各3組
費用 無料
申込方法 メール
 ※参加者氏名、電話番号、①～④いずれかの希望時間をお知らせください。

申込・問合せ 総務課(教育) 4階④番 ☎6915-9734
 tr0011@city.osaka.lg.jp

9月は「大阪市朝食月間」です

朝食を家族と食べることで、豊かな心を育てるコミュニケーションを図ることができます。心と身体の健康を保つためにも、毎日朝ごはんを食べましょう。



夜更かしすることが多くなり生活リズムが乱れがちな夏が終わる9月を「朝食月間」と決めました。
 大阪市食育推進キャラクター「たべやん」

ごはんを毎日食べる習慣がある人は、次のような「いいこと」があります。

- 栄養のバランスがとれている人が多い
- 早寝・早起きの人が多い
- 「イライラする」「集中できない」といった訴えが少ない
- 学力が高く、体力測定の結果が良い

(参考:農林水産省作成「食育ってどんないいことがあるの?」)

動画「超速 DE 朝食つくってみた!」はこちら



問合せ 保健福祉課(健康づくり) 1階①番 ☎6915-9882

9月 無料相談のお知らせ

対象 大阪市民



●不動産相談・司法書士相談は、大阪市行政オンラインシステムから予約できます。
定員 各2名(先着順) **申込期間** 毎月1日から相談日4日前まで

相談名	日時	申込方法	場所
① 法律相談 予約制 【毎月第2・4金曜日】	9月10日(金)・24日(金) 13時～17時	当日9時～電話にて受付 (専用☎6915-9954) ※16名(先着順)(1人30分以内)	鶴見区役所3階相談室 ※電話がたいへん混み合い、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。
② 不動産相談 予約制 【毎月第2火曜日】	9月14日(火) 13時～16時	当日9時～電話にて受付 (専用☎6915-9954) ※6名(先着順)(1人30分以内)	
③ 司法書士相談 予約制 (相続・贈与、会社・法人の登記、成年後見など) 【毎月第3水曜日】	9月15日(水) 13時～16時	当日9時～電話にて受付 (専用☎6915-9954) ※8名(先着順)(1人45分以内)	
④ 行政書士相談 予約制 (相続・遺言など) 【奇数月第2水曜日】	9月8日(水) 13時～16時	当日9時～電話にて受付 (専用☎6915-9954) ※8名(先着順)(1人40分以内)	
⑤ 弁護士による専門相談 (離婚・養育費) 予約制	9月16日(木) 14時～17時 ※市内在住で未成年のお子さん がいる父母が対象です。	9月9日(木) 9時30分～電話にて受付 (専用☎6915-9107) ※4名(先着順)(1人45分以内)	鶴見区役所2階
⑥ 花と緑の相談 【毎月第2水曜日】	9月8日(水) 14時～16時	当日会場にて受付	鶴見区役所 1階ロビー
⑦ ごみの出し方・予約方法 【毎月第3火曜日】 保存食品の寄付(フードドライブ)受付(※)	9月21日(火) 14時～16時	当日会場にて受付 ※保存食品の寄付受付は14時以降 になります。	鶴見区役所 1階ロビー
⑧ こころの相談 予約制 (精神科医)	9月10日(金)・24日(金) 14時～15時30分	本人(鶴見区民)およびご家族 からの相談も可能です。電話 (☎6915-9968)、窓口にて事 前にご予約ください。	鶴見区役所1階 ①番窓口
⑨ 人権相談 一部予約制 (いじめ、差別、虐待、セクハラ、DVなど)	【平日】9時～21時 【日・祝】9時～17時30分 ※土曜日は休みですが電子メ ールによる相談は受け付けてい ます。	専門相談員が電話(専用☎6532-7830)、FAX、 手紙、メール、面談で相談を受付 ※通話料は自己負担 区役所で面談をご希望の場合は 事前に上記専用番号までご予約 ください。	城東区役所 東住吉区役所
		【人権擁護委員による特設人権相談所】 9月17日(金) 13時30分～16時	当日会場にて受付
⑩ 日曜法律相談 予約制	9月26日(日) 福島区役所	大阪市総合コールセンター「なにわコール」 (☎4301-7285)	
⑪ ナイター法律相談 当日抽選	9月29日(水) 天王寺区民センター	※マスク着用の徹底をお願いします。マスク未着用の場合、 入室をお断りします。	

問合せ ① 総務課(政策推進)4階④番 ☎6915-9683
 ② 鶴見緑地公園事務所 ☎6912-0650 FAX6913-6804
 ③ 城北環境事業センター ☎6913-3960 FAX6913-3674
 ④ 保健福祉課(保健活動) ☎6915-9968
 ⑤ 保健福祉課(子育て支援室) 1階②番 ☎6915-9107
 ⑥ 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
 大阪第一人権擁護委員協議会 ☎6942-1489

※⑥フードドライブ…ご家庭で余っている食べきれない保存食品を提供いただき、必要としている施設や団体にお届けする取組み。

切干大根アレンジメニュー 作ってみませんか?

今年のテーマは「よく噛んで食べよう」です。切干大根は噛みごたえがあり、よく噛む食材としてぴったり! 食物繊維が豊富でカルシウムや鉄も多く含まれます。

材料(2人分)
 切干大根(乾)……12g にんじん……3cm しょうゆ……小さじ1強
 豚もも肉……120g ピーマン……1個
 玉ねぎ……小1/2個 サラダ油……小さじ1

作り方
 ①切干大根は水で戻してざく切りにする。玉ねぎ、にんじん、ピーマンはせん切りにする。
 ②フライパンに油を熱し、豚肉、①を入れて炒め、しょうゆで味付けする。
 ※1人分エネルギー/157kcal

問合せ 保健福祉課(健康づくり) 1階①番 ☎6915-9882



撮影協力: 鶴見区食生活改善推進員協議会 横堤校区

●以下は広告スペースです。広告内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。