

ペアレント・トレーニング

無料

連続講座

- 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 ①4・5歳児コース(全5回)
8月25日(木)、9月22日(木)、10月6日(木)、
10月27日(木)、11月24日(木)
各日10時～12時

②小学校低学年コース(全5回)
9月1日(木)、9月29日(木)、10月13日(木)、
11月10日(木)、12月1日(木)
各日10時～12時

場所 区役所 4階 402会議室

講師 大阪YMCA 新田展子 氏

対象 区内在住で子育てに不安や負担感のある就学前(4・5歳児)から小学校低学年のお子さんの保護者で各コース全5回すべてに出席できる方
※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。

定員 各10名(応募者多数の場合、抽選)

申込方法 電話

申込期間 7月4日(月)～8月10日(水)

問合せ 保健福祉課(子育て支援) 1階⑫番
☎6915-9129



区民ソフトバレーボール大会

日時 8月21日(日)
12時30分～18時頃

場所 鶴見スポーツセンター(鶴見緑地内)

試合種目 ◆女子の部…12歳以上(小学生不可)
◆ファミリーの部…30歳以上の男女
各1名または女性2名と小学生2名
※4名以上8名以下で登録をお願いします。
※年齢は令和4年11月27日現在。

試合方法 予選リーグ→決勝トーナメント方式

対象 区内在住・在勤者

費用 1チーム 3,000円※当日受付でお支払いください。
※抽選後の参加辞退は参加費をいただきます。

申込方法 申込用紙に必要事項を記入して、下記の方法でお申込ください
※申込用紙は「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。
①郵送 〒538-0054 大阪市鶴見区緑2-8-4
鶴見区ソフトバレーボール連盟事務局
山田晃司宛
②メール snow-o-white@angel.zaq.jp

締切 7月15日(金) 必着

抽選日 7月25日(月) ※抽選は連盟で行います。

主催 鶴見区役所・鶴見区体育厚生協会

協力 鶴見区
ソフトバレーボール連盟



問合せ ソフトバレーボール連盟 会長 大和方
☎090-1967-0324
(通話可能時間…19時～21時)

まちの支えあい活動 はじめての「あいまち」講座

無料

「あいまち」の魅力を知っていただくための講座を開催します。連続講座ですが、どちらか一方の受講もできます。ぜひご参加ください。



<第1回>ボランティアを学ぶ

日時 7月21日(木) 14時～15時30分

講師 大阪市ボランティア・市民活動センター
阪井 誠一 氏

<第2回>有償ボランティア活動で 広がる豊かな人生

日時 7月22日(金) 14時～15時45分

講師 女性ライフサイクル研究所フェリアン
森崎 和代 氏

場所 鶴見区在宅サービスセンター 3階
(諸口5-浜6-12)

対象 高校生以上の方どなたでも

定員 各20名(先着順)

申込方法 電話・窓口・または右の
二次元コードから申込ください



締切 7月15日(金)

申込・問合せ まちの支えあい活動「あいまち」事務局
☎6913-7066
(月～土曜9時～17時30分)

区役所職員による

鶴見区幼稚園・保育所等 相談会を開催します

無料

申込不要

保育所申込みについてのご相談や入園についてのご相談、幼稚園と保育所の違いなどにお答えします。各施設の資料をご自由にお持ち帰りいただけます。※各施設の担当者は参加しません。

日時 7月24日(日) 12時30分～16時
(相談受付は15時まで)

場所 区役所 3階 302会議室

対象 就学前児童の保護者
(プレパパ、プレママを含む)

※受付時にお名前と連絡先の記入、検温をお願いします。
※来場者が多い場合は入場制限することがあります。

問合せ 保健福祉課(子育て支援) 1階⑫番
☎6915-9107



高等学校等への進学向け 奨学金等制度説明会の開催

無料

各種奨学金制度の情報提供及び就学支援金等についての説明会・相談会です。

日時 8月22日(月) 19時～20時

場所 鶴見区民センター(集会室1・2)

対象 中学3年生の生徒・保護者等

申込方法 電話・FAX・メール
大阪市行政オンラインシステム

締切 8月12日(金)

問合せ 教育委員会事務局
学校運営支援センター
☎6115-7641 ㉠6115-8170
✉ua0018@city.osaka.lg.jp

初心者大歓迎！鶴見区民レクリエーション体験会

無料

申込不要

この夏、新たにスポーツにチャレンジしてみませんか？卓球・バドミントンといったおなじみのものから、ニュースポーツとして注目されているスリーアイズまで、いろんなスポーツの試合を実際に体験できます。競技レクチャーやルールの説明も専門のスタッフが丁寧にサポートするので初心者の方も経験者の方も気軽に楽しめます。ご家族みなさんと、ぜひご参加ください！

日時 7月31日(日)

<午前の部>9時30分～12時30分

卓球(第一体育館)／スリーアイズ(第二体育館)

<午後の部>13時30分～16時30分

バドミントン(第一体育館)

※午前・午後とも開始時刻の15分前から受付し、以降順番にご案内します。

場所 鶴見スポーツセンター

対象 区内在住・在勤の方

持物 室内用の体育館シューズ(必須)、ラケット(お持ちでない方は会場で貸出)
※スポーツ活動に適している動きやすい服装でお越しください。

主催 鶴見区役所・鶴見区体育厚生協会

協力 鶴見区スポーツ推進委員協議会、
総合型地域スポーツクラブ つるみ
咲楽クラブ

問合せ 鶴見区体育厚生協会 弥勒(みろく)
☎090-9114-2416(SMSでお願いします)



朝ごはんを食べよう！

食育
レシピ

じゃこおかか
おにぎり

※1人分エネルギー…248kcal



おにぎりなので、忙しい朝でも簡単に食べやすいです！

[撮影協力]
(中央)三愛幼稚園・こども園 加藤先生
(左)食生活改善推進員協議会茨田北校区 錦織さん (右)同・吉田さん

材料(1人分)

ごはん	150g	ちりめんじゃこ	大さじ2
かつお節	1g(ひとつまみ)	しょうゆ	小さじ1/2弱

作り方

- ① ちりめんじゃこ、かつお節、しょうゆを入れ軽く混ぜる。
- ② ①にごはんを入れ、混ぜる。
- ③ 食べやすい大きさに2～3個にぎる。



[レシピ提供:鶴見区食育推進ネットワーク 三愛幼稚園・こども園]

問合せ 保健福祉課(健康づくり)1階⑪番
☎6915-9882 ㉠6913-6235