

参加してみませんか
講座・催し

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 1月11日(水) 14時～16時

場所 区役所 4階 403・404会議室

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

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 1月18日(水)
13時30分～15時30分

場所 区役所 2階 集団検診室

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 精神科医師によるミニ講座「こころの病気を理解しよう(病気の症状について)」、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

**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 1月19日(木)・2月2日(木)
各日9時30分～11時30分

場所 区役所 2階 集団検診室

内容 ミーティング、軽い運動、認知機能リハビリテーション等

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

3 すべての人に健康と福祉を



問合せ 保健福祉課(保健活動)
1階⑪番 ☎6915-9968



親子参加型の講習会「親子であそぼう!」

無料

折り紙や新聞紙を使った遊びやパラバルーンを使って、親子でからだを動かして楽しみましょう!

日時 1月31日(火) 10時～12時

対象 区内在住の概ね2～3歳の未就園児親子

場所 区役所 3階 302会議室

定員 15組(先着順)

講師 大森 宏一 氏
(大阪信愛学院大学准教授)

申込方法 電話(1月4日(水)から受付開始)

申込・問合せ 保健福祉課(子育て支援) 1階⑫番 ☎6915-9129



生涯学習セミナー「伝統文化『和太鼓』にふれる・感じる」

無料

「和太鼓を叩きたい!」の想いを胸に、大阪府下を中心に活動されている和太鼓演奏グループ「晴嵐」を講師にお招きし、和太鼓演奏のワークショップや演奏会を開催します。

間近で奏でられる和太鼓のリズムを全身で体感して、伝統文化に触れてみませんか?

日時 2月25日(土)

- ①ワークショップ(和太鼓の演奏体験会)
11時30分～12時30分(11時開場)
- ②和太鼓演奏会
(ワークショップ講習生および「晴嵐」の生演奏)
13時45分～15時45分(13時開場)

場所 つるみ日建ホール(区民センター大ホール)

対象 ①小中学生 ②どなたでも

定員 ①25名(保護者の同伴は1名のみ可)
②250名
※いずれも先着順



申込方法 FAX・メール・窓口・行政オンラインシステム

※下記の内容をお知らせください。
後日、代表者に整理番号と詳細をお知らせします。

- 参加者全員のお名前・お住まいの区
- 代表者の電話番号
- FAX番号(FAXで申込みの場合)
- 参加を希望する回次

※ワークショップに参加の場合、希望者は演奏会にも参加いただけます。

●学年(①に参加する場合)

受付期間 1月6日(金)
～2月10日(金)

※QRコードは1月6日からアクセスできます



行政オンラインシステムはこちら

申込・問合せ 総務課(教育) 4階⑬番
☎6915-9734 📠6913-6235 ✉tsurumi-gakushu@city.osaka.lg.jp

ボランティアスタートアップ講座

無料

「ボランティアを始めてみたい!」「生きがいや、やりがいを見つけたい!」そんな方はぜひご参加ください。

- 日時** <第1回>2月1日(水)「カプラ※deコミュニケーションアップ」※カプラとはフランス生まれの木製ブロックです。
- <第2回>2月8日(水)「災害ボランティア入門講座／ボランティアへの第一歩」
- <第3回>2月13日(月)「年齢を重ねていくときに大事なものは」「健康測定」
- <第4回>2月22日(水)「車イス体験」
- 各日13時30分～15時30分※各回でボランティア活動の紹介をします。

場所 鶴見区ボランティア・市民活動センター
(鶴見区在宅サービスセンター内
2階ボランティアルーム 他)

申込方法 電話・窓口・申込フォーム
※住所・氏名(ふりがな)・電話番号をお知らせください。
※受講していただけない場合のみご連絡します。



申込フォーム

対象 ボランティア活動に興味・関心がある方
※原則、4日とも参加できる方

定員 15名(申込多数の場合は抽選)
※鶴見区在住・在勤の方を優先します。

締切 1月27日(金)

主催・申込・問合せ 鶴見区ボランティア・市民活動センター ☎6913-7070
鶴見区諸口5丁目浜6-12 鶴見区在宅サービスセンター内



フードドライブにご協力ください!

フードドライブとは、ご家庭で余った食品(1か月以上の賞味期限が残っている常温保存可能なもの)を回収して、こども食堂や支援を必要とする方に無償で提供する取組みです。

1 貧困をなくそう



2 飢餓をゼロに



12 つくる責任
つかう責任



鶴見区役所では毎月第3火曜日の「ごみの相談日」に受け付けています。

日時 1月17日(火) 14時～16時

場所 区役所 1階 正面入り口付近

ご寄付いただきたい食品

- ※未開封で、包装や外装が破損していないものに限りです。
- ・お米、お菓子、乾麺、インスタント食品、缶詰、調味料などの常温保存が可能なもの※肉、魚、野菜などの生鮮食品は受付できません。
- ・アルコールを含まないもの(みりん、料理酒は持ち込めます)
- ・持ち込む時点で賞味期限まで1か月以上あるもの(賞味期限が明記されていないものは受付できません)

ご協力
お願いします



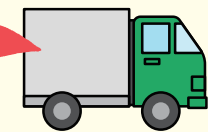
フードドライブの流れ



ごみ相談コーナーで受付



ご寄付
いただいた
食品



おおさかパルコプが
引き取り



鶴見区内では、らんまん
子ども食堂(鶴見5-2-10)
へ提供されています。

問合せ 城北環境事業センター ☎6913-3960