

自宅のお庭で咲かせて見せて!!
～2023春まき写真紹介～

5月号でお申込みいただいた方に、アスターとミニひまわりの種をご自宅等で育てていただきました。

みなさんから送られた成長の様子の一部を写真でご紹介します。
※区役所ホームページにも紹介していますのでご覧ください

もう少し、あと少し。
ペンネーム:
お庭ものがたり

やっと咲き始めました!
ペンネーム:ミッチー

残念!ひまわりしか芽が育ちませんでした…。
ペンネーム:ぶたさん

お水やり頑張ったね!
ペンネーム:にばばば

ご協力いただいたみなさん、
ありがとうございました。

問合 総務課(政策推進)4階④番
☎06-6915-9176 FAX06-6913-6235

自宅のお庭で咲かせて見せて!!
～2023秋まき募集～

お申込みいただいた方に花の種を送付します。「子どもとはじめてお花を育てました!」など、ご好評をいただいています。

対象 鶴見区民で、育てた花の成長過程の写真を提供してくれる方
※写真はホームページ、区広報紙等で紹介します。
土・プランター等は各自でご準備ください

定員 100名(先着順)

費用 無料

申込 窓口・電話・ファックス・郵便・メール
※住所・氏名・電話番号をお知らせください

締切 9月19日(火)

申込問合 総務課(政策推進)4階④番
☎06-6915-9176 FAX06-6913-6235
✉tr0008@city.osaka.lg.jp
〒538-8510 大阪市鶴見区役所
「自宅のお庭で咲かせて見せて!」係

9月は「大阪市朝食月間」です

市民のうち特に若い世代で朝食を食べない人の割合は国の割合より高く、幼児から30代にかけて朝食を食べない習慣の人が多い状況です。大阪市では、朝食を食べる習慣を再認識するきっかけになるよう、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。

朝食にはこんな役割があります。

①活動力アップ! ②からだの目覚め!
③集中力アップ! ④体調や生活にリズムを!
⑤肥満予防!

心とからだの健康を保つためにも朝ごはんを食べる習慣を身につけましょう。

大阪市
食育推進キャラクター
「たべやん」

鶴見区では、食育ネットワーク施設に協力いただき、朝ごはんのレシピをホームページに掲載しています。
調理が簡単なレシピなので毎日の参考にいただけます。

広報つるみ掲載レシピ
(令和4年度 朝ごはんを食べよう
おすすめレシピ)

朝食について
こちらのページも参考に
ご覧ください。

朝食抜いて超ショック

9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	日時	申込方法
1	法律相談 (弁護士)	9月8日(金)・22日(金) 各13時～17時 (毎月第2・第4金曜日)	予約 当日9時～電話 (予約専用☎06-6915-9954) 定員 16名(先着順)(1人30分以内)
2	不動産相談 (賃貸、売買契約、 空家問題など)	9月14日(木) 13時～16時 毎月第2木曜日 (偶数月第4月曜日)	予約 当日9時～電話 (予約専用☎06-6915-9954) 定員 6名(先着順)(1人30分以内)★
3	司法書士相談 (相続・贈与、会社・法人 の登記、成年後見など)	9月20日(水) 13時～16時 (毎月第3水曜日)	予約 当日9時～電話 (予約専用☎06-6915-9954) 定員 8名(先着順)(1人45分以内)★
4	行政書士相談 (相続・遺言など)	9月13日(水) 13時～16時 (奇数月第2水曜日)	予約 当日9時～電話 (予約専用☎06-6915-9954) 定員 8名(先着順)(1人40分以内)★
5	行政なんでも相談 「騒音で困っている」「残業手当 の不払いを相談したい」など	9月22日(金) 14時～16時 (毎月第4金曜日)	当日会場にて受付
6	花と緑の相談 問合 鶴見緑地公園事務所 ☎06-6912-0650	9月13日(水) 14時～15時30分	当日会場にて受付
7	ごみの相談 フードドライブ 問合 城北環境事業センター ☎06-6913-3960	9月19日(火) 14時～16時 (毎月第3火曜日)	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
8	人権相談 (いじめ、差別、虐待、 セクハラ、パワハラ、 DVなど)	【平日】9時～21時 【日・祝】9時～17時30分	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。 (☎06-6532-7830) ※通話料は自己負担
9	精神科医による 精神保健福祉相談 問合 保健福祉課(保健活動) ☎06-6915-9968	9月8日(金)・22日(金) 各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、窓口 事前予約制(☎06-6915-9968) 定員 2名(先着順)(1人30分程度)
10	弁護士による 「離婚・養育費」に 関する専門相談	9月19日(火) 14時～17時	予約 9月12日(火)9時～ 電話での事前予約制 (専用電話☎06-6915-9107) 定員 4名(先着順)(1人45分以内) 対象 大阪市内在住で、 未成年のこどもがいる父母
11	日曜法律相談	9月24日(日) 13時～17時 中央区役所	予約 9月15日(金)正午～9月23日(土・祝)17時 (予約専用☎050-1807-2537[AI電話24時間受付]) 定員 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」 (☎06-4301-7285) 年中無休・8時～21時
12	ナイター法律相談	9月14日(木) 18時30分～21時 北区民センター	予約 9月13日(水)17時まで受付 行政オンラインシステムでの予約(先着順)★ 定員 32組 ※オンライン予約で定員に満たない場合は、相談日当日 18時時点の来場者で抽選を行います(18時受付終了) 問合 大阪市総合コールセンター「なにわコール」 (☎06-4301-7285) 年中無休・8時～21時