

「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

国民健康保険料の計算および軽減判定のために、収入のない方や市・府民税申告が不要な方を含め、すべての加入者の所得状況を把握する必要があります。(所得の不明な方がいる場合は、軽減・減免を受けられません)

そのため、前年の所得を申告されていない方のいる世帯へ、「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ので、所得申告書の提出を必ずお願いします。

なお、申告書を送付した世帯のうち、未提出の世帯を対象として、8月より「大阪市国民健康保険コールセンター」から申告書の提出についてご案内(電話)し、勧奨を行っています。

問合せ 窓口サービス課(保険年金／保険)
3階31番 ☎06-6915-9956

8月は「こども110番月間」です

地域のこどもは地域で守り、こ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。こどもたちには登下校や遊びで外出する際には、防犯ブザーやホイッスルを持たせ、しっかりと活用するように教えましょう。また、次の5つの約束を家庭で心がけ、こどもたちに伝えましょう!

【5つの約束まもうね!】

- 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



問合せ 市民協働課(教育担当) 4階43番 ☎06-6915-9734



区役所に 防災井戸を設置します。



1 大規模地震が発生した際の課題(生活用水の不足)

令和6年能登半島地震、平成7年阪神淡路大震災など過去の大規模地震では、**飲料用水の確保のほか、洗い物やトイレ等に用いる生活用水の確保が大きな課題**となり、被災者の避難生活に大きな影響を与えました。

生活用水の確保にあたっては、**地下水の活用が大きな役割を果たした**との報告もありました。

2 地下水(井戸)の活用

鶴見区では**かねてから広く農業用の井戸が使われてきた経緯もあり、比較的地下水の活用が容易**であることから、これまでも防災井戸の設置が区政会議でも議論されましたが、水枯れやポンプの破損等の維持管理の点で設置が見送られてきました。本年1月の能登半島地震発生を契機に改めて防災井戸の設置の要望をいただきましたので、鶴見区役所にて防災井戸の設置可否について再度検討し、今回、試験的に**災害発災時の区災害対策本部となる区役所に防災井戸を設置**することといたしました。

今後の運用の中で有用性や課題を検証し、今後の取組に繋げていくこととしています。

問合せ 総務課(総務) 4階41番 ☎06-6915-9625



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～6年生 締切 8月30日(金)

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



◀応募はこちら



問合せ 総務課(政策推進) 4階42番 ☎06-6915-9176

食育レシピ いつもの料理をおいしく減塩!

さばそぼろ丼

1人分あたりエネルギー
394kcal
食塩相当量0.5g



減塩ポイント

・カレー粉の風味を
利用しておいしく減塩!

材料(4人分)

米	2合	カレー粉	小さじ1/2
さば缶(水煮)	160g	さやえんどう	4枚
トマトの水煮缶(カット)	80g	卵	2個
にんじん	1/3本	砂糖	大さじ1
しょうが	1かけ	油	小さじ2

作り方

- ① 米は洗って炊いておく。
- ② にんじんは5mm角の粗みじん、しょうがはみじん切りにする。
- ③ さば缶(水煮)は大きな骨を取り除く。
- ④ さやえんどうは筋をとり、さつと塩ゆでする。水気をきって半分に切る。
- ⑤ ②、③、トマトの水煮缶(カット)、カレー粉を鍋に入れ、さば缶(水煮)の身をほぐしながら水分がなくなるまで煮詰める。
- ⑥ 卵、砂糖を合わせ、フライパンに油をひき炒り卵を作る。
- ⑦ 器にごはんを盛り、⑤、⑥を彩りよく盛る。
- ⑧ 真ん中に④を飾って完成。

問合せ 保健福祉課(健康づくり)
1階11番 ☎06-6915-9882

日々の食事で減塩を心がけることは大切ですが、今年も猛暑が予想されますので、熱中症対策のため、こまめな水分・塩分補給と暑さを避けることも大切です。

試作協力:鶴見区食生活改善推進員協議会 横堤校区 笹谷さん(左)、柿田さん(右)