

10月 無料相談			
対象 大阪市民の方			
予約 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組(先着順)			
相談名	日時	申込方法	場所
1 法律相談	予約制 10月9日(金) 13時～17時 (毎月第2金曜日)	予約 10月2日(金) 正午～9日(金) 10時 定員 16組(先着順)(1組30分以内)	(予約専用 ☎050-1808-6070 [AI電話24時間受付]) ※電話申込が困難な方は 事前にお問い合わせください
	10月23日(金) 13時～17時 (毎月第4金曜日)	予約 10月16日(金) 正午～23日(金) 10時 定員 16組(先着順)(1組30分以内)	
2 不動産相談 (賃貸、売買契約、 空家問題など)	予約制 10月8日(木)・26日(月) 13時～16時 (毎月第2木曜日・偶数月第4月曜日)	予約 相談日当日9時～電話 (予約専用☎06-6915-9954) 定員 6組(先着順)(1組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)	予約制 10月21日(水) 13時～17時 (毎月第3水曜日)	予約 相談日当日9時～電話 (予約専用☎06-6915-9954) 定員 12組(先着順)(1組40分以内)	
4 行政なんでも相談 (公共施設が破損している、子どもの 通る道に危ない箇所があるなど)	10月23日(金) 14時～16時 (毎月第4金曜日)	相談日当日会場にて受付	区役所3階 つるみっ子ルーム前 問合 総務課(政策推進) ☎06-6915-9683
5 日曜法律相談	予約制 10月25日(日) 13時～17時 旭区役所 (旭区大宮1-1-17)	予約 10月16日(金) 正午～25日(日) 10時 (予約専用☎050-1808-6070[AI電話24時間受付]) 定員 16組(先着順)(1組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	
6 ナイター法律相談	予約制	今月は実施いたしません。	
7 自立アシスト相談 (収入が不安定、仕事が見つ からない、頼る人がいない、 子どものひきこもり など)	【平日】9時～17時30分	日々の生活の中で起こるさまざまな 困りごとの解決をサポートします。 対象 区内在住で生活にお困りの方	区役所3階③番 問合 ☎06-6913-7060
8 精神科医による こころの健康相談 問合 保健福祉課(保健活動) ☎06-6915-9968	予約制 10月9日(金)・23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(☎06-6915-9968)、 窓口にて事前にご予約ください 定員 各2名(先着順)(1人30分程度)	区役所1階相談室
9 花と緑の相談	10月7日(水) 14時～15時30分	当日会場にて受付	区役所1階ロビー
10 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	10月20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	
11 人権相談 (いじめ、差別、虐待、 セクハラ、パワハラ、DV等)	一部予約制 【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 区役所でも相談をお受けしています。【平日】9時～17時30分 問合 市民協働課(教育)4階④番 (☎06-6915-9734)	

私たちが行政相談委員です！

行政相談委員は総務大臣の委嘱を受けて、全ての市区町村に配置されており、皆さんの身近な相談相手として活動しています。鶴見区では私たち2名が任に就いています。

大草 亘 さん
(中茶屋2-1-31)
☎06-6911-0152)

中田 徹 さん
(諸口2-10-20)
☎06-6915-9683
鶴見区役所)

行政相談委員の役割は？

行政相談委員は、区民の皆さんの行政に関する苦情や問合せを広く受け付けて、総務省や関係行政機関等に通知して問題の解決を促進する役割であり、改善を要すると思われる問題について、行政相談委員は自ら総務大臣に意見を申し出ることができます。

毎月第4金曜日には、区役所で定例の「行政なんでも相談」を実施していますので、どうぞお気軽にご相談ください。

問合 総務課(政策推進) 4階④番
☎06-6915-9683

「ごみ減量相談コーナー」での
リチウムイオン電池等の回収について

11月から新たに、毎月第3火曜日に開催している「ごみ減量相談コーナー」で家庭から排出されるリチウムイオン電池等を回収します。

回収品目

リチウムイオン電池、モバイルバッテリーなど(膨張・変形したものを含む)

問合 環境局 城北環境事業センター
☎06-6913-3960
※問合せ可能日時…月～土(祝日を含む)8時～16時30分

心をひとつに、未来へつなぐ赤い羽根
赤い羽根共同募金

赤い羽根共同募金は、住み慣れた地域で誰もが安心して暮らせるよう、「じぶんの町を良くするしくみ」として取り組んでいます。お住まいの地域で自主的に取り組むさまざまな福祉活動や団体への支援、防災・減災のために活用されています。みなさまのご協力をお願いします。

10月1日～12月31日
区役所1階に募金箱を設置しています。

スマホからも、
募金ができます！

問合 大阪府共同募金会
鶴見地区募金会事務局
(鶴見区社会福祉協議会内)
☎06-6913-7070

1人分の栄養価
エネルギー 75kcal
食塩相当量 0.3g

材料(4人分)

かぼちゃ	240g
片栗粉	大さじ2弱
こいくちしょうゆ	大さじ1/2
砂糖	大さじ1弱
みりん	小さじ2/3
水	80cc
片栗粉	小さじ1
水	小さじ1

ひとことコメント

- かぼちゃの甘さとみたらしあんの甘じょっぱさがちょうど良いおやつです。
- もちっとした食感なのでよく噛んで食べる練習になります。

つくり方

- かぼちゃの皮をむき、適当な大きさに切る。(皮を少し残しても可)
- かぼちゃを柔らかくして、つぶす。(蒸し器:10分程度または電子レンジ:500W7～8分 ※水分が出た場合はキッチンペーパーでふいておく)
- 2に片栗粉を混ぜ、小判型(1人2個)に丸める。
- 予熱しておいた170℃のオーブンで12分程度焼く。
- たれ用の調味料(A)を合わせ、火にかけ、沸騰したら水溶き片栗粉(B)を加え、とろみをつける。
- 焼きあがったかぼちゃ餅にたれをかける。

【レシピ提供】えがの森保育園つるみ
【撮影協力】えがの森保育園つるみ 給食担当
株式会社ミールケア 調理師 前田先生(写真前左)
鶴見区食生活改善推進員協議会 今津校区
上農さん(写真後ろ左)・芋瀬さん(写真後ろ右)・平澤さん(写真前右)

問合 保健福祉課(健康づくり) 1階⑪番 ☎06-6915-9882

レシピ集はこちら▶