

マイナンバーカード 出張申請窓口開設キャンペーン

対象 市内在住でカードをはじめて作成される方

9月の会場(時間 10:00~16:00)

- 取得の流れ**
- 1 電話かWEBで事前に予約
 - 2 予約時間に本人確認書類等を持って会場へ
 - 3 会場で申請書類等を記入(スタッフがサポート)
 - 4 無料で写真撮影
 - 5 ご自宅でカードの受取り
- 来場1回でOK!!

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

マイナンバーカードって、めっちゃええやん!こんな便利なん!?



マイナンバーカードをお持ちでない方に、
 交付申請書(QRコード付き)が
 順次送付されています。この機会に是非!
 既に、マイナンバーカードの申請・取得をされた方へ
 交付申請書が行き違いで届くことがありますが、
 改めて申請いただく必要はありません。

問合せ 0120-95-0178

9月末までに新たに申請された方に

最大**2万円分**の
 マイナポイントが付与!



- 淀 淀川区民センター(野中南2-1-5)
- 図 淀川図書館(新北野1-10-14)
- ゆ ゆめっせ新大阪センイシティー(西宮原2-2-2)
- ホ ホテルマイステイズ新大阪コンファレンスセンター(西中島6-2-19)

予約 問合せ

マイナンバーカード出張申請窓口予約センター
 ☎ **06-4400-1856** 9:00~20:00



食べるを育てる!

かんたんレシピ

みなさん、“大阪市朝食月間”が何月か知っていますか?

大阪市では、朝ごはんを食べる習慣を再認識するきっかけとなるように、夜更かしすることが多く、生活リズムが乱れがちな9月を朝食月間と定めています。食欲がない朝に、見た目にも可愛いおにぎりを作ってみたいはいかがでしょうか?

今回は、区内にある“こぐまのKOMICHI”監修のレシピです。秋は行楽シーズン♪可愛い2種類の栗の形をしたおにぎりをお弁当箱に詰めるだけで雰囲気も変わりますよ!



調理時間 20分

野菜たっぷり! 豆乳スープ

- 材料 3人分 (148kcal/塩分0.9g)
- ウインナー …………… 2本
 - たまねぎ …………… 1/2個
 - じゃがいも …………… 1個
 - にんじん …………… 1/3本
 - サラダ油 …………… 大さじ1/2
 - 水 …………… 300ml
 - 調整豆乳 …………… 200ml
 - しょうゆ …………… 大さじ2/3

- ① ウインナー、たまねぎはうす切り、じゃがいもとにんじんは5mm幅のいちょう切りにする。
- ② 鍋に油を熱し、ウインナー、たまねぎ、じゃがいも、にんじんの順に入れてしっかり炒める。
- ③ ②に水を加え、じゃがいもとにんじんがやわらかくなるまで煮込む。
- ④ ③に調整豆乳を加えて煮込み、温まったらしょうゆを加えてすぐ火を止める。

なめ茸の炊き込みごはんを使った栗型おにぎり

- 材料 2人分 (309kcal/塩分1.2g)
- 米 …………… 1合
 - 水 …………… 180ml
 - なめ茸 …………… 50g
 - 料理酒 …………… 大さじ1/2
 - 塩 …………… 少々
 - かつおぶし(小袋) …… 2パック
 - いりごま …………… 大さじ1/2

- ① 米を洗い、水に30分ほど浸す。
- ② ①に(A)を加え、ならしてから炊く。
- ③ 炊きあがったら、栗の形に握る。
- ④ 栗型にするには、③の下にごまをつける。いが栗型にするには、③の下にかつおぶしをまぶす。

問合せ 保健福祉課(健康づくり)2階22番 ☎6308-9882

区の統計 令和4年8月1日現在の推計 区の人口:184,433人(前月比+14人) 男:91,943人 女:92,490人 区の世帯数:106,569世帯 区の行政区面積:12.64km²

広報誌の発行単価 区広報誌「よどマガ!」は毎月122,300部を発行し、9月号1部あたりの発行単価(配布費用を含む)は約19.75円でそのうち約2.9円を広告収入でまかなっています。

よどちか

あなたの近くに
ち かつ きょう
地 活 協

敬老の真心持って、こんにちは

加島地域



▲令和3年度敬老訪問準備の様子



「加島地域敬老会」

日時 9月23日(金・祝) 10:00～

場所 加島小学校 講堂

※新型コロナウイルス感染拡大の影響により、式典が中止となる場合があります。

9月の第3月曜は敬老の日ですね。ご存じのとおり、お年寄りを敬い、さらなる長寿を願うのが敬老の日です。ご家族でおじいちゃんおばあちゃんに感謝を込めて、お祝いをされる方も多いのではないのでしょうか?

実は、地域の皆さんもおじいちゃんおばあちゃんをお祝いするために敬老会を行っているんです。ご存じでしたか?加島地域では毎年式典を行い、子どもたちや地域サークルによる舞台発表など、いろいろな世代の人たちが交流を深めながら、一緒に楽しい時間を過ごしています。

ただ最近では、コロナ禍で式典ができず、代わりに各お宅を訪問し、お祝いを一人ひとり手渡ししてきました。皆で会うことはできませんでしたが、わずかな時間でも実際に顔を合わせるということは、とても温かな気持ちを運んでくれますね。

今年は3年ぶりに式典での敬老会が開催される予定だよ!地域サークルによるフラダンスや高校生の迫力ある和太鼓演奏など、たくさんのお楽しみが待ってるよ～!



問合せ 市民協働課(まちづくり)4階41番 ☎6308-9734 / 淀川区まちづくりセンター 区役所4階 ☎6309-5656



淀川通信

vol.36

淀川区の「こんなことやりました」をお届けします

7月26日(火) 地域防災リーダー隊長会議を開催しました!

地域の防災活動の一端を担う地域防災リーダー。その隊長の皆様が集まっていたいただき、意見交換を行いました。防災リーダーになったいきさつや防災の取組み、コロナ禍での悩みなど、たくさんの意見をいただきました。



7月28日(木) 親子防災ワークショップを開催しました!

親子防災ワークショップでは、防災士の先生による地震防災知識のレクチャーや、古新聞での防災サンダル工作などを行いました(協力企業:太陽工業株式会社)。親子で防災について考える良い機会となりました!



8月8日(月) 区政会議全体会議を開催しました!

全体会議では、部会報告や区将来ビジョン等について意見交換を行いました。また、区役所と包括連携協定を締結している第一生命保険株式会社様に初めて参加いただき、貴重なご意見を頂戴しました。



8月8日(月) 夏休みおやこ食育教室を開催しました!

栄養士から「コロナ禍だからこそ、しっかり朝ごはんを食べて免疫力を高めよう」というお話を聞いた後、朝ごはんに向いているメニューをおやこで楽しく作りました。普段、野菜が苦手なお子さんが「おいしい!」と食べる姿を見て、家でも一緒に料理を作りますとの嬉しい声が聞けました。

