

すくすく! よどきす

よこい ななせ
横井 七瀬 ちゃん
よこい りっか
横井 六花 ちゃん
姉妹ですと仲良くね♪

あなたのお子さんも
広報誌デビューしませんか?
申込等の詳細はこちらから!

問合せ 政策企画課(広報)5階51番 ☎6308-9404

たにえ りい
谷江 流碧 ちゃん
2歳になりました!
元気いっぱい遊ぼうね。

くすだ りく
楠田 凌久 ちゃん
生後3週間目の初笑顔です。

のうじゅうつかさ
能重 司 ちゃん
貫禄とむちむちお手々は
日本一です!

おおき そうすけ
大木 蒼介 ちゃん
神津の夜 風鈴ゆれて 夏はじめ

野菜を食べる! つくってえーよう!

今月号はナスを使ったスパゲティを紹介します。ナスは油と相性がよく、香ばしく焼くと、とろける食感に。小さくカットすればナスが苦手な方にもオススメです!

野菜クイズ
トマトはナスと同じナス科の植物である。○か×か

ナスの栄養
ナスの皮の紫色は抗酸化作用が期待できるポリフェノール「ナスニン」が豊富に含まれます。また、ナスには塩分の排出に役立つ「カリウム」や「食物繊維」も含まれています。

トマト・ナス・ツナの Pasta
調理時間 20分

材料 1人分
 パスタ(乾) 100g
 トマト 1コ
 ナス 小1本
 ツナ缶 1缶
 もみ海苔 適量
 (大人は大葉もおすすめ)
 「めんつゆ2倍」 50ml
 ①塩・こしょう 少々
 ②オリーブオイル 大さじ1

① トマトを乱切りにする。ナスは食べやすい大きさに切り、焼いて調味料ボール(A)の中に入れておく。ツナ缶も(A)の中に一緒に入れ、混ぜておく。
 ② 大きめのお鍋でパスタをゆでる。
 ③ ゆであがったら①にからめる。
 ④ 最後にもみ海苔をかける。
 (1人分当たり 656kcal/塩分4.0g)

問合せ 保健福祉課(健康づくり)2階22番 ☎6308-9882 レシピ提供:子ども・子育てプラザ 答え:○

身近な地域活動を知ってみよう!

よどまち 掲示板

地域活動協議会(地活協)をはじめ、いろんな人や団体が、淀川区のまちを良くしようと地域活動に関わっているよ。みんなが暮らす地域の活動を知って、参加してみよう!

第11回 子どもの見守り活動

各地域では、小学校の登下校の時間帯にあわせて、日々、多くの方が子どもの見守り活動を行っています。朝夕の通学路に立ち、優しい声かけやあいさつを交わすことで、犯罪被害や交通事故にあうことを防ぎ、子どもたちの安全を確保しています。また、日頃から子どもたちとコミュニケーションを取ることで、子どもたちのちょっとした様子の変化に気づいて声を掛けるなど、様子を気遣いながら、活動しています。さらに、子どもたちは見守りの方々との触れ合いを通して、礼儀や思いやりを学ぶことができるとともに、異世代交流の場ともなり、地域の活性化にもつながっています。大人のみなさんも子どものみなさんも見守り活動をみかけたら、元氣よくあいさつしてみてください♪

(※事業の有無や事業名などは地域によって異なります)



詳細を知りたい方は、
まず地域に問合せみてね!



詳しくは▲

問合せ 市民協働課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

お引越しの手続きは、インターネットがおススメです!

お引越しの手続きを
簡単・時短に済ませる方法があります!

窓口より
100円おトク!※
※戸籍証明書を除く

ご注意 各種オンライン手続きは、一部利用や取得できない証明書などがあります。

市外への転出届は マイナポータルで



マイナンバーカードがあれば、窓口に来ることなくスマホ等でマイナポータルから手続きができます。

引越した後、14日以内に転入先の市区町村の窓口での転入手続きは必要です。

市内での引越し手続きは スマート申請で



質問に回答すると、必要な手続きや持ち物などが分かります。スマホ等で事前に申請書に入力しておけば窓口での記入時間が短縮できます。

行政キオスク端末で証明書発行できます

マイナンバーカードを利用して各種証明書の取得ができる「行政キオスク端末」を区役所1階に設置しています。請求書を書いたり、窓口で待つことなく、戸籍証明書・住民票・印鑑証明書・税証明等の各種証明書を簡単に取得いただけます。



もっと便利に!

◆コンビニでも、各種証明書をお得*に取得できます。

利用時間 6:30~23:00

年末年始(12月29日~翌1月3日)

およびシステムメンテナンス日を除く



問合せ マイナポータルに関すること：マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178

行政キオスク端末に関すること：窓口サービス課(住民登録)1階13番 ☎6308-9963

スマート申請に関すること：総務課5階51番 ☎6308-9625

大阪市総合コールセンター

市の制度や手続き、イベント情報、夜間・休日緊急のご案内などは、大阪市総合コールセンター「なにわコール」まで。
☎4301-7285 ☎6373-3302(8:00~21:00 年中無休) <https://www.osaka-city-callcenter.jp/>

市政・区政へのご意見はお気軽に

政策企画課
☎6308-9683 ☎6885-0534