



### 乗車料金福祉割引証 タクシー給付券の更新手続き

市営交通機関等の乗車料金福祉割引証またはタクシー給付券をお持ちの方で、引き続き次年度も利用される方は、更新交付申請書の提出が必要です。

1月下旬に申請書を送付しますので、同封の返信用封筒で更新手続きをしてください。申請書が届かなかった場合は、下記までご連絡ください。

なお、乗車料金割引証(券種限定)の母子世帯には、これまでどおり新しい乗車料金割引証発行のお知らせを送付します。

**問合せ** 保健福祉担当(福祉サービス) 3階 32番  
☎6647-9857 ☎6644-1937

### 《なんば市税事務所からのお知らせ》

—市税に関することは  
市税事務所へお問合せください—  
浪速区湊町 1-4-1 OCAT(オーキャット)ビル 5階  
☎4397-2948 ☎4397-2905

なお、税証明書の発行、納付書の再発行は、引き続き区役所でも行っています。

●市・府民税(普通徴収)第4期分の納期限は2月1日(月)です。

●個人市・府民税申告等の出張受付について  
今年も区役所で平成22年度市・府民税申告等の出張受付を行います。  
(2月16日(火)～3月15日(月))

なんば市税事務所では期間前でも受付をします。郵送でも提出できます。

昨年に市・府民税の申告をされた方については、2月上旬に「市・府民税申告書」を送付する予定です。

**問合せ** なんば市税事務所個人市民税担当  
☎4397-2953 ☎4397-2905

### ふとん丸洗い乾燥サービスを実施

浪速区社会福祉協議会では、各地区社会福祉協議会と協力して、ふとんの丸洗い乾燥サービスを実施いたします。ご利用ください。

**対象** 区内にお住まいの高齢者(65歳以上)の方で、寝たきりなどの理由で寝具の清潔保持が困難な方や、重度障がい者。(身体障がい者手帳1級程度)

**実施日** 3月8日(月)～3月20日(土)

**内容** 掛けふとん・敷ふとん、毛布から希望する種類3枚まで

※ただし、ふとんは2枚・毛布は1枚までとし、日々使用されている、ふとんが対象

※洗濯は、おおむね一週間程度お預かりします

**利用料** 掛けふとん200円・敷ふとん200円・毛布80円

**貸しふとん**：掛けふとん200円・敷ふとん200円・毛布200円

**締切り** 2月6日(土)

**申込み・問合せ** 浪速区社会福祉協議会  
(☎6636-6027 ☎6636-6028)

～一部共同募金の配分金を活用して実施しています～



### 健診・予防接種などのお知らせ

種別	予約	実施日時(受付時間)	対象	費用	場所
乳幼児健診	3か月児健診(※)	2月3日(水) 午前9時～	平成21年10月生まれの方	無料	浪速区保健福祉センター(区役所3階)
	1歳6か月児健診(※)	2月4日(木) 午後1時～	平成20年7月生まれの方		
	3歳児健診(※)	1月28日(木) 午後1時10分～	平成18年10月生まれの方		
(※)上記の乳幼児健診は対象の方へ事前に通知し、受付時間をお知らせします。なお、健診の都合により時間が前後する場合があります。					
BCG接種	不要	1月21日(木) 午後2時～3時	生後3～6か月未満の方(標準的な接種月齢)	無料	浪速区保健福祉センター(区役所3階)
結核健診(胸部X線間接撮影)	不要	1月29日(金) 午後3時～4時	大阪市民で15歳以上の方	無料	
胃がん検診(胃部X線間接撮影)	要予約	2月11日(木・祝) 午前9時30分～10時30分	大阪市民で40歳以上の方<年度中に1回の受診>(肺がん検診でかく痰検査の受診は、50歳以上でよく喫煙される方など)	500円	立葉小学校
大腸がん検診(免疫便潜血検査)				300円	
肺がん検診(胸部X線間接撮影・かく痰検査)				無料(かく痰検査は400円)	
特定健康診査・長寿(後期高齢者)医療健康診査<集団検診>	不要	2月11日(木・祝) 午前9時30分～11時	・平成21年4月1日現在、大阪市国民健康保険に加入の方で21年度中に40歳以上になる方 ・長寿医療保険に加入の方	無料(詳細な項目は600円)	

各がん検診では、後期高齢者医療被保険者証、高齢受給者、大阪市老人医療証等をお持ちの方、市民税非課税世帯、生活保護世帯で証明書をお持ちの方は料金が免除されますので、検診当日に証明書を提示してください。提示のない方は免除できません。また、特定健康診査・長寿医療健康診査を受診の際には、「受診券」と「被保険証」を持参してください。

**問合せ・予約**  
保健福祉担当(保健) 3階 34番  
☎6647-9882 ☎6644-1937

## けんこうのまど

### 今月のテーマ うがいと手洗いで冬の感染症を予防しよう!

冬はインフルエンザを始め、ウイルスや細菌による感染性胃腸炎などの感染症が流行するシーズンです。今年は季節性インフルエンザだけでなく、新型インフルエンザについても急速な広がりが心配されるので一人一人が適切に対処することが大切です。

自分自身でできる予防の、第一のポイントは「うがい」と「手洗い」です。ウイルスや細菌は、多くの場合、ウイルス等に触れた手を介して感染が拡大します。

「うがい」と「手洗い」で冬の感染症を予防しましょう!

#### インフルエンザ

<潜伏期間> 季節性インフルエンザはウイルスに感染後1～3日。(新型インフルエンザは1～7日)

<症状> 38度以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛等の症状が現れます。こじらせると肺炎や気管支炎に移行するため注意が必要です。

○室内の加湿・換気を行い、湿度は50～60%に保ちましょう。外出時はマスクを着用しましょう。

#### ノロウイルスによる感染性胃腸炎

<潜伏期間> 感染後2～4～8時間。

<症状> 吐き気、おう吐、下痢、発熱、腹痛など。  
○汚染された食品の摂取や、感染した人のふん便やおう吐物を介して感染します。カキなどの二枚貝の生食はさけ、調理は十分加熱しましょう。

○ノロウイルスは二次感染に注意が必要です。汚染された場所は塩素系消毒薬を50～100倍に薄めて浸すように拭き取り消毒しましょう。拭き取ったものはビニール袋に密封して捨てましょう。

#### 予防のポイント

- ①感染症予防の対策で大切なことは、うがいと手洗いです。外出から帰った際など、こまめに行いましょう。
  - ②規則正しい生活と休養を心がけましょう。
  - ③バランスの取れた食事と適切な水分の補給をしましょう。
- 症状がある場合は早めに医療機関を受診しましょう。

**問合せ** 保健福祉担当(地域保健活動) 3階 33番  
☎6647-9968 ☎6644-1937