

健康

食中毒を予防しましょう！

細菌性食中毒は7月から9月にかけて多くなる傾向があります。

次の6つのポイントを守り、家庭から食中毒をなくしましょう。

- ①肉、魚、野菜などの生鮮食品は、新鮮なものを購入し、早く持ち帰りましょう。
- ②冷蔵や冷凍の必要な食品は、すぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れ、詰めすぎに注意しましょう。
- ③生の肉、魚、卵を扱った後は、そのつど手や調理器具を洗浄・消毒しましょう。
- ④加熱して調理する食品は、十分に加熱しましょう。
- ⑤食卓につく前に手を洗い、室温で長く放置せず、できるだけ早く食べましょう。
- ⑥残った食品は清潔な容器で素早く冷却し、冷蔵・冷凍保存を、また、再加熱は十分にしましょう。

9月30日(火)まで「食中毒注意報の発令」と「食中毒予防の啓発」をテレホンサービス(06-6208-0963)、X(旧Twitter) (@ocfs_news) 及び大阪市HPで行っています。

また「食中毒注意報」発令時には、保健福祉センターに「食中毒注意報発令中」の掲示も行いますので、ご利用ください。

問合せ 保健福祉課(生活環境)1階11番
☎06-6267-9973
FAX 06-6267-0998



本格的な夏到来！乳幼児の熱中症を予防して夏を楽しみましょう♪

赤ちゃんや子どもは体温調節機能が未発達なので熱中症になりやすく、対処が遅れると重症化してしまう危険もあります。

熱中症予防のために朝こどもの様子を確認しましょう！

- 食欲はありますか？
- 夜眠れていましたか？
- 機嫌はいいですか？



毎日の生活に気を付けましょう！

- 早寝・早起きを心掛けましょう
- 朝ごはんをしっかり食べ、こまめに水分補給をしましょう
- 休息をとりましょう
- 涼しい素材(通気性のよい、吸汗、速乾素材)の服を着せるようにしましょう
- 身体を暑さに慣れさせましょう

熱中症の応急処置などの詳しい情報はホームページにアクセス



問合せ 保健福祉課(地域保健活動)1階12番
☎06-6267-9968
FAX 06-6267-0998

その他

**～みんなでまちづくり～
中央区区政会議委員を募集します**

区政についてのご意見や評価をしていただく中央区区政会議委員を募集します。

この度は、幅広い年代から参画いただくため、18～50歳未満の方を優先する選考基準としました。

応募資格や応募方法などの詳細については区HPをご覧ください。

募集対象 中央区内の在住・在勤・在学の方
募集人数 5名
任期 令和7年10月1日～令和9年9月30日
募集期間 7月1日(火)～7月31日(木) 必着
問合せ 魅力推進課(区政企画)5階56番
☎06-6267-9683
FAX 06-6264-8283



行政相談委員の野上さんが表彰されました



中央区で行政相談委員として活躍されている野上俊二さんが、(公社)全国行政相談委員連合協会会長表彰を受賞されました。

問合せ 魅力推進課(区政企画)5階56番
☎06-6267-9683 FAX 06-6264-8283

各種健診・がん検診

ところ・申込先 保健福祉センター(久太郎町1-2-27)
問合せ 保健福祉課(健康推進)1階11番 ☎06-6267-9882 FAX 06-6267-0998

【予約方法】電話・窓口・オンラインにて(定員になり次第受付終了)

※乳がん検診実施日で、保育ボランティア付検診をご希望の方は事前にご相談ください。

※手話通訳者を希望される方は検診日の2週間前までにお申し込みください。

オンライン予約はこちら(事前登録が必要です)▶



内容	とき	対象	費用
結核健診(予約不要)	7月28日(月) 10:00～11:00 8月7日(木) 10:00～11:00	15歳以上	無料
大腸がん検診(キットを申し込んでください)	(検体提出可能日) 8月10日(日) 9:30～10:50 9月1日(月) 9:30～10:50	40歳以上	300円
肺がん検診(要予約)	8月10日(日) 9:30～10:50 9月1日(月) 9:30～10:50	40歳以上	無料 ※50歳以上で喫煙指数600以上の方 喀痰(かたん)検査は400円
乳がん検診(マンモグラフィ検査)(要予約)	8月10日(日) 9:30～10:50 9月1日(月) 9:30～10:50	40歳以上の女性	1,500円
骨粗しょう症検診(要予約)	8月10日(日) 9:30～10:50 9月1日(月) 9:30～10:50	18歳以上	無料
特定健診(予約不要)	8月10日(日) 9:30～11:00 9月1日(月) 9:30～11:00	40歳以上の大阪市国民健康保険加入者 後期高齢者医療保険制度加入者	無料
歯科健康相談(予約不要)	8月10日(日) 9:30～10:30 9月1日(月) 9:30～10:30	どなたでも	無料

熱中症特別警戒アラート発表時には、暑さをしのぐことができる「クーリングシェルター」を利用し、熱中症を予防しましょう！！



中央区には23か所が「クーリングシェルター」として指定されています。(10月22日(水)までご利用いただけます)

問合せ 環境局環境施策課 ☎06-6630-3262 FAX 06-6630-3580



区役所での無料相談 対象 市内在住の方

内容	日時・場所	申込み・問合せ
法律相談【要電話予約】 定員各16組 30分/組	7月8・15・22日、 8月5日(火) 13:00～17:00 【相談室】	相談日1週間前(閉庁日の場合はその前の開庁日)の正午から相談日前日の10:00までにAI電話による予約(24時間受付・先着順) ☎050-1808-6070
社会保険労務士相談【当日窓口受付】 (受付は15:00まで) 定員9組 20分/組	7月9日(水) 13:00～16:00 【1階ロビー】	魅力推進課(区政企画) ☎06-6267-9683 FAX 06-6264-8283
行政書士相談【当日窓口受付※1】 (受付は15:00まで) 定員9組 20分/組	7月17日(木) 13:00～16:00 【1階ロビー】	※1 行政書士相談は行政オンラインシステムから予約できます。(7月1～14日)
土地家屋調査士相談【当日窓口受付※2】 (受付は15:00まで) 定員9組 20分/組	7月10日(木) 13:00～16:00 【相談室】	※2 受付開始までに来場された方は相談順を抽選、以降先着順
司法書士相談【当日窓口受付※2】 (受付は15:00まで) 定員9組 20分/組	7月10日(木) 13:00～16:00 【相談室】	
専門医による精神保健福祉相談 【前日までに来所または電話での予約】	7月4日、8月1日(金) 14:30～16:30 7月28日(月) 14:30～16:00	保健福祉課(地域保健活動)1階12番 ☎06-6267-9968 FAX 06-6267-0998
人権相談【予約不要】 (適切なアドバイスを行うほか、各種専門相談機関をご案内します)	月～金 9:00～17:30 (祝日・年末年始を除く)	市民協働課(市民活動支援・教育)5階53番 ☎06-6267-9743 FAX 06-6264-8283

その他の無料相談

相談内容	日時	場所	申込み・問合せ
日曜法律相談【要電話予約】 定員16組	7月27日(日) 13:00～17:00	鶴見区役所(鶴見区横堤5-4-19)	申 7月18日(金)12:00～27日(日)10:00(先着順)AI電話による予約受付 ☎050-1808-6070 問 総合コールセンター ☎06-4301-7285
ナイター法律相談【要予約】 定員32組	7月23日(水) 18:30～20:30	天王寺区民センター(天王寺区生玉寺町7-57)	申 行政オンラインシステムでの事前予約(先着順) 6月10日(火)12:00～ 7月22日(火)17:00 問 総合コールセンター ☎06-4301-7285

