

**健(検)診などのお知らせ** 問保健福祉課(健康推進)2階24番 ☎6464-9882 FAX6462-4854

健(検)診名	実施日・受付時間	対象・持物等	費用
妊婦歯科健診 <small>予約不要</small>	7月13日(月)13:10~13:50	妊娠している市民の方 <b>持物</b> 母子健康手帳	<b>無料</b>
結核健診 <small>予約不要</small>	7月30日(木)14:00~15:00	学校や職場で健診機会のない15歳以上の大阪市民	<b>無料</b>

**場所** 区役所2階  
※気象状況により中止になる場合があります。



**健康講座のお知らせ** 問保健福祉課(保健活動)2階23番 ☎6464-9968 FAX6462-4854

**血管年齢測定** 無料

血管年齢は血管の老化具合を反映したものです。血管が老化すると、様々な生活習慣病につながる可能性があります。予防の一步として、ご自身の血管年齢を知ってみませんか。当日は、栄養士に栄養相談もできます。

**日時** 7月30日(木)13:30~14:30  
※開始前の受付はできません。

**場所** 区役所1階フロア  
**対象** 区民の方



**脳と身体の若返り講座** 無料 要申込

~オールフレイルとは?健康は元気なお口から~

**日時** 8月13日(木)13:30~15:30

**場所** 区役所6階 会議室  
**対象** 区民の方

**講師** 歯科衛生士  
**定員** 25名(先着順)  
**持物** 飲み物、筆記用具  
**申込** 電話・FAX・窓口にて



**7月は食中毒予防月間です**

高温多湿な夏は細菌が繁殖しやすく、食中毒の危険が高まります。

食中毒予防の三原則に注意して食中毒を予防しましょう。



大阪市食中毒予防啓発キャラクター「やっぷちゃん」

- 1 つけない!**  
手洗いは食中毒予防の基本です! 指の間、手首までしっかり洗いましょう。
- 2 ふやさない!**  
調理済み食品の室温放置は危険です! すぐに食べない場合は、冷蔵庫へ!
- 3 やっつける!**  
料理は中心部まで十分に加熱しましょう。

家庭でできる食中毒予防の6つのポイント



問保健福祉課(健康推進)2階24番 ☎6464-9973 FAX6462-4854

**おしえて! フッピー先生**

一生に一度は肝炎ウイルス検査を受けましょう!

7月28日(日本肝炎デー)を含む1週間は「肝臓週間」です。肝臓は人間のからだの中で脳の次に大きな臓器で、生命活動を維持するためのさまざまな働きをしています。また、どんなにダメージを受けても働き続けることから、別名を「沈黙の臓器」とも呼ばれています。

肝がんの原因の多くは、ウイルス性肝炎(B型肝炎・C型肝炎)と言われています。

肝炎ウイルスの感染によって、重篤な症状を引き起こす可能性があります。

過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方は、少なくとも1回は検査を受けましょう!



▲詳しくはこちら

▼主な感染経路▼

B型肝炎	C型肝炎
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 母子感染</li> <li>● 性交渉</li> <li>● 注射器の使いまわし</li> <li>● 適切に消毒をしていない器具を使ってピアスの穴をあけたり、入れ墨をいれる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 手術などの医療処置</li> <li>● 注射器の使いまわし</li> <li>● 適切に消毒をしていない器具を使ってピアスの穴をあけたり、入れ墨をいれる</li> </ul>

問保健福祉課(保健活動)2階23番 ☎6464-9968 FAX6462-4854

**子育て**

~親子の絆プログラム~赤ちゃんがきた!~ 要申込

みんなでお話をしながら、子育ての知識を一緒に学んでみませんか。全4回のコースです!

日時	内容	場所	対象
9月 3日(木)	13:30~15:30 [新しい出会い] [赤ちゃんのいる生活] [赤ちゃんとの接し方] [親になること]	区役所 6階会議室	第一子の赤ちゃん(令和8年4月2日~7月1日生まれ)とママで、このプログラムに初めて参加する方(区内在住)
9月10日(木)			
9月17日(木)			
9月24日(木)			

**定員** 20組(先着順)  
**費用** 1,100円(テキスト代)  
**持物** オムツやミルク等おでかけに必要なもの、赤ちゃんを寝かせるバスタオル(持ち物には名前を記入してください)  
**申込** 電話・窓口にて  
**問** 保健福祉課(保健活動)2階23番 ☎6464-9968 FAX6462-4854



**見直しませんか? 自転車ライフ**

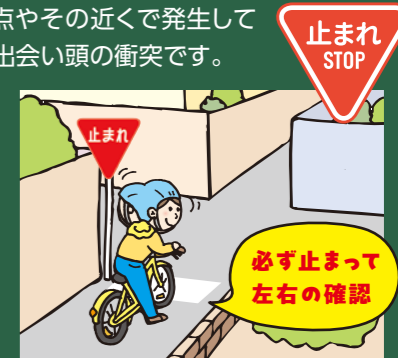
フッピーは一時停止をしない人が多いことが心配

危ない!あの自転車、一時停止場所で止まらずに進んでいったなあ。もう少しで事故になるところだった...



**停止線では必ずSTOP!**

- 自転車の交通事故の多くは交差点やその近くで発生しており、最も多い事故は交差点での出会い頭の衝突です。
- 一時停止の標識がある交差点では、停止線の手前で必ず止まり、左右をよく見て、人や車が来ていないことを確認しましょう。
- 令和8年4月の青切符による告知件数で最も多かった違反は「指定場所一時不停止」でした。(参考:警察庁ホームページ)



問市民協働課(市民協働)5階51番 ☎6464-9734 FAX6464-9987

**図書館 News**

**開館** 火~金10:00~19:00、土・日・祝10:00~17:00  
**休館** 月曜日・第3木曜日(祝日は開館)  
**問** M&A総合研究所 福島図書館(吉野3-17-23) ☎6468-2336 FAX6468-5191

ホームページはこちら▶



● **えほんのじかん**  
絵本の読み聞かせ会です。

**日時** 7月8日(水)・22日(水) 15:00~15:20  
7月18日(土) 15:00~15:30  
**場所** 絵本コーナー



● **夏休み環境工作教室** 無料 要申込  
ペットボトルでアニマル貯金箱をつくろう!

**日時** 8月21日(金)10:15~11:30  
**場所** NORBDENCE福島区民センター 会議室  
**対象** 5歳~小学生 (未就学児は保護者同伴)  
**定員** 20名(先着順)  
**申込** 7月26日(日)10:00~ 窓口・電話にて



【**図書展示**】  
● **「こどものほんだな」展**  
昨年出版された児童書から司書が選んだおすすめ本を展示・貸出します。  
**期間** 7月17日(金)~8月23日(日)  
● **「夏休みの宿題に役立つ!?本」展**  
工作の本や読書感想文の書き方の本など、夏休みの宿題に役立つようなものを集めて展示・貸出しています。  
**期間** 7月1日(水)~8月23日(日)

移動図書館 まちかど号 **日時** 7月10日(金)10:00~10:40 **場所** 鷺洲第2団地2号棟玄関前(鷺洲3-1)  
問大阪市立図書館 自動車文庫 ☎6539-3305 FAX6539-3336