

## 防犯・防災

**東住吉警察署からのお知らせ**  
 問合せ 東住吉警察署 ☎06-6622-1234

### 早朝や夕暮れは「目立つ服装で事故防止」

10月～12月にかけて  
 高齢者の交通事故が増加します

外出する際は明るい服装や反射材、「リフレクターウェア」などを身に着けましょう。



※「リフレクターウェア」に関しては、東住吉警察署交通課交通総務係までお問合せください。

**東住吉消防署からのお知らせ**  
 問合せ 東住吉消防署 ☎06-6691-0119

### 高齢者を守る「防火安全研修」を実施しています

現在、大阪市で発生している火災や事故の死傷者の大半を高齢者の方が占めています。大阪市消防局では、高齢者の方を災害から守るさまざまな安全対策の取組みを行っています。



東住吉消防署でも、各地域で開催されているふれあい喫茶などへ実際に消防車や救助車、救急車で出向き「防火安全研修」を行っています。地域での「防火安全研修」を希望される場合は、東住吉消防署へご相談ください。



## 健康情報

### 各種健診のお知らせ

10月から各がん検診・骨粗しょう症検診は抽せんで受診者を決定します。

抽せん申込み… **10月6日(火)から10月12日(月)まで (9:00～17:30) (土・日・祝は除く)**

抽せん申込み・問合せは…………… ☎06-4399-9882 または 保健福祉課(健診) (区役所1階13番)へ

抽せんは10月15日(金)に実施し、結果はホームページ等でお知らせします。

各がん検診・特定健康診査は取扱医療機関でも受診できます。今年度の受診機会を逃さないためにも医療機関での受診をお勧めします。

大阪市  
 がん検診等の一覧▶



特定健診▶



### ●特定健康診査

日時	対象者	料金	場所	予約
10月17日(土) 9:30～11:00受付	大阪市国民健康保険(40歳以上)または、後期高齢者医療保険に加入されている方 【持物】受診券、被保険者証、特定健康診査個人票	無料	区役所3階 区民ホール	予約不要

### ●各種健診(検診)

検診名	日時	対象者	料金	場所	予約
結核健診 (胸部エックス線撮影)	10月15日(金) 10:00～11:00	職場や学校等で受診する機会がない15歳以上の方	無料	エックス線室 (区役所2階)	予約不要
歯科健康相談	10月23日(金) 9:30～10:30、13:30～14:30	年齢は問いません			
胃がん検診 (胃部エックス線検査)			500円	検診室 (区役所1階)	予約要 (抽せん)
大腸がん検診	12月6日(日)、12月21日(日) 9:30～10:30	40歳以上の方	300円		
肺がん検診			無料		
乳がん検診 (マンモグラフィ検査)	12月4日(金) 9:30～10:30	40歳以上の女性で 大正・昭和の奇数年生まれの方	1,500円		
骨粗しょう症検診		18歳以上の方	無料		

- がん検診・特定健康診査では手話通訳を配置できる場合があります。 **事前申込必要**
- 各種検診は、台風等で中止になることがあります。
- 料金免除の制度があります。詳しくはお問合せください。
- 結核検診の結果は、精密検査が必要な方の方に連絡します。



### 統合失調症の家族教室

無料 申込要

「統合失調症」の患者さんのご家族を対象とした教室です。病気への理解を深め、かわり方について、仲間と一緒に学んでみませんか。

日時 / 10月9日、11月13日、12月11日、1月8日、2月5日、3月12日 (全6回) いずれも(金)、14:00～16:00

場所 / 区役所1階(検診室)

講師等 / 心理士、精神科医、精神保健福祉相談員、保健師等(毎月変わります)

申込 / 電話、来所等にて

申込問合せ 保健福祉課(健康づくり)1階14番 ☎06-4399-9968 FAX 06-6629-1265

## 10月は「犬・猫を正しく飼う運動」強調月間です

犬・猫が多くの人々に愛され人間社会で共生できるように、適正飼養に努めましょう。

- ふん・尿はできるだけ自宅でさせたあと、散歩に出かけるようにしつけましょう。散歩中に排泄した場合には、飼い主が責任をもって後始末をしましょう。
- 吠え癖がつかないようにしつけましょう。
- 公共の場での散歩はリードを外さず、しっかり愛犬を制御しましょう。
- 所有者がわかるように名札などを着けましょう。
- 生まれてくる動物を育てる見込みがなければ不妊・去勢手術を実施しましょう。
- 愛情と責任を持って、最後まで飼いましょう。(犬・猫を捨てることは犯罪です)
- 犬を飼う場合、必ず犬の登録をしましょう。(犬の登録は、生涯に1回のみです)
- 犬は狂犬病予防注射の接種(年1回)を必ず受けさせましょう。\*登録や注射済票の交付記録がない場合は、お電話又はご自宅訪問により確認

させていただくことがありますので、予めご了承ください。

- 野良猫にエサを与えるのであれば、周りの理解を得たうえで、不妊・去勢手術の実施やエサの片づけ、フン尿の後始末をするなど、周りに迷惑をかけないよう責任をもって適切に世話をしましょう。大阪市では、地域の合意と協力のもと、その地域に住む地域猫の不妊去勢手術を行い、一代限りの猫として地域の皆さんが主体となって適正に管理していく「街ねこ」活動のお手伝いをしています。



問合せ 保健福祉課(生活環境)1階15番 ☎06-4399-9973

### 10月の旬のレシピ れんこんナゲット(2人分)

区食生活改善推進員協議会 担当:東田辺校区



栄養価(1人分)  
 エネルギー 310kcal  
 食塩相当量 1.0g



#### 材料(2人分)

- 鶏ひき肉……………150g
- れんこん……………50g
- にんじん……………20g
- 小麦粉……………大さじ1・1/2
- マヨネーズ……………大さじ1
- 塩……………小さじ1/4
- こしょう……………少々
- サラダ油……………大さじ1・1/2

#### 作り方

- ①れんこん、にんじんはみじん切りにする。
- ②ボウルに鶏ひき肉、①、小麦粉、マヨネーズ、塩、こしょうを入れ、粘りが出るまでよく混ぜる。
- ③②を10等分にして小判型に成形する。
- ④フライパンにサラダ油を熱し、③を並べて両面中火で揚げ焼きする。

問合せ 保健福祉課(健診)1階13番  
 ☎06-4399-9882

