



保健師の No.80 健康一口メモ

5月31日は「世界禁煙デー」、 5月31日～6月6日は「禁煙週間」

自分自身のためにも、周囲の大切な人のためにも、禁煙に向けてできる一歩からはじめてみましょう!

喫煙者は非喫煙者に比べて…

- ★ 肺がんによる死亡率が約4.5倍
- ★ 虚血性心疾患(心筋梗塞や狭心症等)の死亡率の危険性が約1.7倍
- ★ 早産、自然流産、周産期死亡の危険性が増大

受動喫煙の健康影響は…

- ★ 肺がんや虚血性心疾患等の死亡率等上昇
- ★ 低出生体重児の出産発生率が上昇

禁煙には…

- ★ 医療機関(禁煙外来):医療用のニコチンパッチ・内服薬
- ★ 薬局・薬店:ニコチンガム・市販用のニコチンパッチ
- ★ 自力:禁煙マラソン ※180日間にわたりメールでサポート!

他にも、カウンセリングや生活指導といった精神面での禁煙サポートや、日本禁煙学会が開設している禁煙電話相談室などがあります。

- ※加熱式たばこにも有害物質は含まれます。
- ※薬物療法など負担が少ない治療法もあります。

問合せ 健康相談 2階24番 ☎ 4809-9968

安全・安心

カセットコンロの 取り扱いにご注意を!



ボンベが高温になると内部の圧力が高くなり、爆発する恐れがあります。また、ボンベを廃棄する際は、中身を使い切り、穴をあけずに透明又は半透明の袋に入れ、資源ごみの日に他の資源ごみと分別して出してください。

注意事項

- カセットコンロより大きな調理器具は使用しない
- 炭の着火に使うなど、調理以外の用途に使用しない
- 電磁調理器の上に置かない
- ボンベは火気や熱源の近くで保管しない

問合せ 東淀川消防署 ☎ 6320-2172

施設からのお知らせ

東淀川図書館

まちライブラリーブックフェスタ2019 in 関西

①読書交流会 無料・申込不要

おススメの本を持ち寄り、5分程度で魅力を語り合います。

日時 5月9日(木) 10:00～12:00

定員 20名(当日先着順)



無料・
申込不要

②宮沢賢治と音楽の世界

宮沢賢治の愛した音楽を聴きながら、音楽と宮沢賢治の関係を講師(森本智子さん)にお話しいただきます。

日時 5月12日(日) 14:00～16:00

定員 50名(当日先着順)

場所 ①②とも東淀川図書館(多目的室)

問合せ 東淀川図書館 ☎ 6323-5476
(東淡路1-4-53 3階)

その他

G20大阪サミット “クリーンUP”作戦の 参加者募集 要申込



G20大阪サミット開催前に
市内全域の清掃活動を行います。

日時 5月24日(金)～6月6日(木)

※咲洲は5月31日(金)まで

申込 区役所区民情報コーナーや環境事業センターなどで配付中の参加募集チラシ裏面の申込書に必要事項を記入し、5月10日(金)までにFAX、封書による送付又は持参

問合せ 東北環境事業センター(〒533-0006 上新庄1-2-20)
☎ 6323-3511 FAX 6370-3951

河川愛護モニター募集 要申込

淀川を見守る河川愛護モニターを募集します。

活動期間 2019年7月～2020年6月(1年間)

活動内容 淀川に行き、見たこと・感じたことを月1回以上レポート報告

応募資格 区内の淀川近辺在住の20歳以上で、インターネット環境をお持ちの方

募集人数 若干名 謝礼 月4,500円程度

申込 5月31日(金)までにホームページから申込み

問合せ 淀川河川事務所管理課
☎ 072-843-2861



遊んで学ぶ! 柴島干潟水辺教室 参加者募集 無料・要申込

柴島干潟は多様な生物が生息する貴重な地域資源です。この機会にご家族で水生生物を採取したり、地曳網などで魚とりをしたり、淀川の簡易水質調査をしてみませんか?



日時 ①5月18日(土) 9:30～12:30

②6月1日(土) 9:30～12:30

場所 柴島干潟(柴島1丁目) ※雨天の場合は中止

定員 ①②とも約60名(先着順)

※小学生以下は保護者同伴

申込 はがき又はメールで「希望日時(①又は②のどちらか一方。両方書かれている場合は受付不可)・郵便番号・住所・参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・柴島干潟水辺教室参加希望」を記入のうえ、5月10日(金)必着 ※結果は5月15日(水)に発送

問合せ 環境局環境管理課水環境保全グループ
(〒559-0034 住之江区南港北2-1-10 ATCビルO's棟南館5階)
☎ 6615-7984 ✉ ja0040@city.osaka.lg.jp

工業統計調査にご協力をお願いします

製造業の事業所を対象に、6月1日現在で「工業統計調査」を全国一斉に実施します。この調査は我が国の製造業の実態を明らかにする調査です。5月～6月にかけて顔写真付きの調査員証を携行した統計調査員が、事業所名や従業員数などの確認に伺い、従業員4名以上の場合は調査票をお渡します。期日までにインターネットでご回答いただくか、ご記入いただいた紙の調査票を後日、調査員にご提出ください。回答内容は、統計作成の目的以外(税の資料など)に使用することはありません。

問合せ 地域課 1階9番 ☎ 4809-9826

登録調査員を募集します! 報酬有

国勢調査などの各種統計調査において、調査対象の世帯や事業所等を訪問し、調査票の配布や回収・点検などの調査業務に携わっていただける方を広く募集しています。統計調査員には法律や条例の規定に基づき、報酬が支払われます。

対象 満20歳以上満75歳以下の方

※警察官・税務職員・被選挙者及び選挙事務所の職員等、暴力団員・関係者は対象外

申込 電話で申込み(申込後、必要書類の提出と簡単な面接を行います。運転免許証等本人を確認できる身分証明書をご持参ください。)

問合せ 地域課 1階9番
☎ 4809-9826

詳細はこちら▶



広告

