

健康



毎日健康が一番!

7月は「食中毒予防月間」です

高温多湿となる夏期には細菌による食中毒が多発します。家庭でも次のことに気をつけて予防しましょう!

食中毒菌を「つけない」

- 調理や食事の前、トイレの後はしっかり手洗いうす
- 包丁やまな板は十分に洗って熱湯などで消毒する

食中毒菌を「ふやさない」

- 調理した食品はすぐに食べ、保存は冷蔵庫へ!

食中毒菌を「やっつける」

- 食品の中心部まで十分に加熱する



大阪市では、9月30日まで、『食中毒注意報』発令などの情報提供を行っていますのでご利用ください。テレホンサービス ☎6208-0963

問合せ 保健福祉センター保健福祉課(生活環境) ☎6930-9973 FAX 6930-9936

特定健康診査

予約不要 無料

- とき** 7月15日(日)9:30~11:00
- ところ** 区役所2階 保健福祉センター
- 対象** 大阪市国民健康保険加入者(40歳以上) 後期高齢者医療保険加入者 ※受診券と保険証を必ずご持参ください
- 問合せ**
 - ・受診券については 大阪市国民健康保険加入者: 区役所窓口サービス課(保険年金:保険) ☎6930-9956 FAX 6932-0979
 - 後期高齢者医療保険加入者: 大阪府後期高齢者医療広域連合給付課 ☎4790-2031 FAX 4790-2030
 - ・受診内容等については 保健福祉センター保健福祉課(保健) ☎6930-9882 FAX 6930-9936

予防接種・結核健診・各種がん検診等の日程

	とき	対象	費用・その他
予約不要 BCG接種	7月19日(木) 13:30~15:00 8月16日(木)	生後12か月未満の乳児 ※1歳の誕生日前日まで(標準は5~8か月)	※予防接種手帳の説明をよく読み、予診票に記入し、母子健康手帳とともにご持参ください。 無料
予約不要 結核健診	7月18日(水) 10:00~11:00 8月16日(木)	15歳以上の市民の方	胸部エックス線撮影 …… 無料
予約要 風しん抗体検査	7月18日(水) 10:00~11:00 8月10日(金)	市民の方で妊娠を希望する女性とその配偶者、妊娠している女性の配偶者(条件あり)	無料
予約要 胃・大腸 肺がん検診	7月15日(日) 9:30~10:30 8月19日(日)	40歳以上の市民の方(条件あり)	胃がん…………… 500円 大腸がん…………… 300円 肺がん(エックス線)…………… 無料 (条件により、たんの検査… 400円)
予約要 乳がん検診 骨粗しょう症検診	8月19日(日) 13:30~14:30	マンモグラフィ:40歳以上の市民の方で生まれ年が年号の奇数年生まれ(西暦の場合は偶数年生まれ)の方 骨粗しょう症検診:18歳以上の市民の方	マンモグラフィ…………… 1,500円 骨粗しょう症検診…………… 無料
予約不要 歯科相談	7月5日(木) 13:30~14:30	市民の方	無料

ところ 区役所2階 保健福祉センター 問合せ 保健福祉センター保健福祉課(保健) ☎6930-9882 FAX 6930-9936

こころと向き合う川柳⑱

~老いと向き合い方、自分らしい生き方を共に考える川柳~

五十八年 互に支えて 共白髪

谷 圭子 様 (関目在住)より
区民の皆さまから川柳を募集しております。ぜひご応募ください!

問合せ 保健福祉センター保健福祉課(保健) ☎6930-9882 FAX 6930-9936

COPDの危険度をチェックしてみましょう

COPDとは、たばこなどの有害な空気を長期間吸い込んだ(受動喫煙も含む)ため、肺に炎症がおこる病気です。COPDにならないよう「禁煙」を実施し、早期に発見することが大切です!

- ところ** 区役所1階ロビー
- とき** 7月10日(火)、8月21日(火) 10:00~11:30
- 問合せ** 保健福祉センター保健福祉課(保健活動) ☎6930-9968 FAX 6930-9936

相談



お気軽にご相談ください

城東区役所での専門相談

予約要 相談無料 市民対象

	とき	定員(先着順)	申込み
① 弁護士による相談	7月11日(水)・18日(水)・25日(水) 13:00~17:00	24名 18日のみ 16名 (相談時間:30分以内)	相談日前日12:30より電話受付 予約専用電話 ☎06-6930-9097 (申込み時に電話が混み合い繋がりにくい場合があります。)
② 司法書士による相談	7月4日(水)・8月1日(水) 13:00~16:00	8名 (相談時間:45分以内)	
③ 社会保険労務士による相談	7月5日(木)・8月2日(木) 13:00~16:00	4名 (相談時間:45分以内)	相談日当日9:00より電話受付 予約専用電話 ☎06-6930-9097
④ 宅地建物取引士による相談	7月13日(金)・8月10日(金) 13:00~16:00	6名 (相談時間:30分以内)	

- ① 土地・建物、金銭貸借、相続・遺言、離婚・親権などの相談 ② 不動産登記、相続、成年後見などの相談 ③ 年金や労働問題、職場でのトラブルなどの相談 ④ 住宅購入の契約や手付金、賃貸マンションの申込や契約など、不動産に関する一般的な相談

ところ 区役所 3階法律相談室 問合せ 区役所総務課(総合企画) ☎6930-9683 FAX 6932-0979

行政相談

予約不要 相談無料 市民対象

とき	内容	申込み
7月24日(火) 13:00~16:00	国の行政活動全般に関する苦情や相談	当日先着順(受付は15:00まで)

ところ 区役所 3階法律相談室 問合せ 区役所総務課(総合企画) ☎6930-9683 FAX 6932-0979

就労相談

内容 / 就労に関する助言や情報の提供

相談無料 市民対象

とき	定員	申込み
7月12日(木) 13:30~17:00	13:30~16:00(5名)(相談時間:30分以内)	予約不要 当日受付順
	16:00~17:00(2名)(相談時間:30分以内)	予約要 当日11:00までに地域就労支援センターへ

ところ 区役所 3階法律相談室 問合せ 地域就労支援センター ☎0120-939-783 FAX 6567-6891

経営相談

予約要 相談無料 市民対象

とき	ところ(①~③から選択可)	対象	申込み
随時 平日9:00~17:00	①城東区役所 ②大阪商工会議所東支部(都島区東野田町4-6-22 ツッセイ京橋ビル2階) ③申込者の事業所	区内に主たる事業所をお持ちの中小企業の事業者および創業予定者	下記問合せ先までご希望の日時・場所をお知らせください。

問合せ 区役所総務課(総合企画) ☎6930-9937 FAX 6932-0979 ✉ joto-boshuu@city.osaka.jp

弁護士による「離婚・養育費」に関する専門相談

予約要 相談無料 市民対象

とき	ところ	対象	申込み
8月2日(木) 14:00~16:00 (相談時間:30分以内)	区役所1階 面談室(17番窓口)	未成年の子どもがいる父または母	7月23日(月) 9:00から電話受付

問合せ 保健福祉センター保健福祉課(子育て教育) ☎6930-9857 FAX 6932-1295

市民法律相談

相談無料 市民対象

	とき	ところ	定員(先着順)	申込み
弁護士による 日曜法律相談	7月22日(日) 9:30~13:30	港区役所(港区市岡1-15-25) 生野区役所(生野区勝山南3-1-19)	各16名	予約要 7月19日(木)・20日(金) 9:30~12:00 予約専用電話 ☎06-6208-8805
弁護士による ナイター法律相談	7月25日(水) 18:00~21:00 (受付は20:00まで)	天王寺区民センター(天王寺区生玉町7-57)	40名 受付開始時(17:30予定)に順番を抽選し、以降先着順	予約不要

問合せ 大阪市総合コールセンター ☎4301-7285 FAX 6373-3302