

# 健康・福祉

## ノロウイルスによる食中毒に注意しましょう

ノロウイルスによる食中毒は、冬季に多く発生し、急性胃腸炎を引き起こします。調理従事者の手指などを介した食品の汚染(二次汚染)が原因と疑われる事例が多くみられます。また、人から人へ感染する集団発生も冬から春先に多く発生します。保育所(園)、幼稚園、小学校、高齢者施設などの社会福祉施設、医療機関での発生が多く、注意が必要です。

- 〈予防法〉
- 食材は中心部まで十分加熱
  - 手指の洗浄消毒
  - 塩素系消毒薬による消毒

問 健康課  
☎06-6313-9973 FAX06-6362-1099

## 精神科医師による精神保健福祉相談

こころの変調に気付いたら専門家に相談してみませんか? ※ご家族や支援者からの相談も可

☎ 1/15(水)・24(金)・2/7(金) 14:00~16:00  
場 北区保健福祉センター相談室(北区役所内)  
問 健康課(1階12番窓口)  
☎06-6313-9968 FAX06-6362-1099

## 減塩みそづくり講習会

☎ 1/30(木) 10:00~(説明会)・2/5(水) 10:00~(みその仕込み)  
場 北区保健福祉センター2階健康増進室・栄養指導室(北区役所内)

【対象】区内在住で2日間とも参加可能な初めて参加される方  
【定員】20名(申込先着順)  
☎ 3,000円(材料費)  
【申込】1/8(水)~17(金)まで電話・FAX・窓口にて受付 ※FAXには住所・氏名・電話番号を明記  
【共催】北区食生活改善推進員協議会  
問 健康課(1階12番窓口)  
☎06-6313-9882 FAX06-6362-1099

## 酒害教室

☎ 1/9(木) 14:00~16:00  
場 北区役所4階402・403会議室  
【対象】お酒の飲み方に問題を抱え回復をめざしている方やその家族・支援者  
【内容】アルコール依存症と人間関係~飲んでいたら時、断酒後~  
問 健康課  
☎06-6313-9968 FAX06-6362-1099

## 「いきいき健康体操」短期教室

椅子を使った座位・立位の体操で、認知症予防運動も取り入れ、無理なく健康の維持・向上をめざします。  
☎ 1/9・30・2/13・27・3/27(いずれも木曜日) 10:30~11:30(全5回)  
場 北スポーツセンター第2体育場(中津3-4-27)

【対象】60歳以上の方  
【講師】坂之上秀子氏(フィットネスインストラクター)  
【定員】20名(申込先着順)  
☎ 3,000円  
【申込】電話・来館にて受付  
問 北スポーツセンター 詳細は北スポーツセンターHP▲  
☎06-6359-0700

## ふくし防災フェスタ

災害時や避難時の高齢者・障がい児者・子育て世帯などに役立つ体験型イベントです。防災ミニ講座や気象実験、災害伝言ダイヤル体験、防災用品の展示などがあります。起震車や自衛隊もやってくるよ!

☎ 1/18(土) 11:00~15:00  
場 北区民センター2階ホール(北区役所隣)  
問 北区社会福祉協議会  
☎06-6313-5566 FAX06-6313-2921

## 筋力向上セミナー

筋力をアップして転倒を予防しましょう。「北ワハハ体操」のおさらいや介護予防のミニ講座もあります。

☎ 1/28(火) 14:00~15:30  
場 大淀老人福祉センター(本庄東1-24-11)  
【対象】市内在住で60歳以上の方  
【講師】武中優治氏(理学療法士)  
【定員】20名(申込先着順)  
【申込】1/14(火) 10:00~電話にて受付  
問 大淀老人福祉センター  
☎06-6374-0873 FAX06-6374-0815

# 文化・芸術・講座

## スマートフォン体験講座「LINE・スマホ決済の活用」

貸出用スマートフォンを使って基本的な知識や操作方法を学べます。  
※お持ちのスマートフォンは使いません

☎ 3/3(月) ①10:00~11:30 ②13:30~15:00  
場 北区役所4階402・403会議室  
【対象】区内在住の方  
【講師】ソフトバンク株式会社スマホアドバイザー  
【定員】各回20名(多数抽選)  
【申込】2/7(金)まで往復はがき・FAX・メール・区役所4階42番窓口(官製はがき持参)にて受付 ※往復はがき・FAX・メールには住所・氏名・電話番号・希望時間帯(①か②またはどちらでもよい)を明記  
問 〒530-8401 北区役所政策推進課「スマホ体験講座」宛  
☎06-6313-9474 FAX06-6362-3821  
✉kitakoho@city.osaka.lg.jp

## 北区生涯学習ルームフェスティバル

区内の小学校などで実施している生涯学習ルームで学ぶ皆さんが製作された作品の展示や日頃の練習成果を舞台上で発表します。体験コーナーもありますので、お気軽にお越しください。

☎ 2/9(日) 12:00~16:00(開場11:30)  
場 北区民センター(北区役所隣)  
問 政策推進課  
☎06-6313-9743 FAX06-6362-3821

## 大阪市立図書館 システムの新機能と臨時休館

大阪市立図書館は図書館情報ネットワークシステム更新のため全館臨時休館しています。休館中の返却は、返却ポストをご利用ください。(1/6(月)9:00まで利用不可)休館中は蔵書検索、予約、貸出延長などインターネットでのご利用、電話でのお問合せはできません。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。北図書館は1/17(金)より開館します。(中央図書館は1/16(木)より開館。自動車文庫は1/14(火)より巡回再開)新システムでは、マイナンバーカードで貸出ができるようになります。ご利用いただくには、図書館カードとの連携手続きが必要です。また、新たに導入する図書館アプリでは、スマートフォンでバーコードを表示すると、図書館カードとして利用することができます。  
問 北図書館 詳細は図書館HP▶  
☎06-6375-0410 FAX06-6371-3177

## 第32回ワン・ワールド・フェスティバル開催

ワン・ワールド・フェスティバルは西日本最大級の国際交流のお祭りです。今年は「共に生きる世界を~今こそ思う みんなのいのち~」をテーマに梅田スカイビルで開催します。世界で起きている問題を知る・学ぶ、世界の料理を食べる、ダンスや音楽を楽しむ、そして交わることができる国際色豊かなイベントに是非お越しください。

☎ 2/8(土) 10:00~17:00・9(日) 10:00~16:30 キャンドルナイト2/8(土) 17:00~20:00  
場 梅田スカイビル(大淀中1-1-30) 詳細はワン・ワールド・フェスティバルHP▲  
問 ワン・ワールド・フェスティバル実行委員会  
☎06-6777-1039 FAX06-6777-2050

## 大人向けフィットネス・キッズスクール

場 扇町プール(扇町1-1)  
【内容】大人向けフィットネス:ヨガ・ピラティス・ZUMBAなど  
キッズスクール:スイムスクール・親子スイミング・ダンス・バレエなど  
【対象】大人向けフィットネス:高校生以上  
キッズスクール:3歳~中学生  
☎ 5,600円(月4回分)  
【申込】扇町プールフロントにて受付  
問 扇町プール ☎06-6363-8911

## —上方の華と粋—座敷舞

山村流の立ち方が華やかな舞を披露します。

☎ 1/26(日) 14:00~15:00  
場 大阪くらしの今昔館9階常設展示室(天神橋6-4-20)  
【出演】山村若女氏(上方舞山村流舞踊家)ほか  
☎ 観覧無料(別途入館料必要) 詳細は大阪くらしの今昔館HP▲  
問 大阪くらしの今昔館  
☎06-6242-1170 FAX06-6354-8601

## スペシャルナイト「月の石ナイト」

月の石の展示にあわせて、月の石の価値をさらに知るイベントを実施します。月着陸船アポロ11号の全天映像で、遙か月世界に思いをはせてください。



土山明教授

☎ 3/1(土) 18:30~20:30(開場18:00)  
場 大阪市立科学館(中之島4-2-1)  
【講師】土山明氏(立命館大学教授)  
【定員】250名(申込先着順)  
☎ 1,500円  
【申込】来館・ホームページにて受付 HPIはこちら▶  
問 大阪市立科学館  
☎06-6444-5656 FAX06-6444-5657

## 移動図書館まちなかど号

- 中大淀幼稚園正門(大淀中4-10) 2/5(水) 14:10~15:30 ※図書館システム更新のため1月は運休
  - ローレルタワー梅田東側(万歳町5-12) 1/16(木) 10:10~11:00
  - 中津公園(中津2-8) 1/16(木) 11:30~12:20
  - 北老人福祉センター駐車場(同心1-5) 1/16(木) 10:30~12:00
- 問 中央図書館自動車文庫  
☎06-6539-3305 FAX06-6539-3336

1月巡回予定

## 自衛隊ニュース

「給養員」は自衛隊で提供される食事の調理を専門とする職種です。給養員には自衛隊の学校で給養課程を経てなることができます。調理師資格を取得したり、外部の栄養学校で栄養士の免許を取得したりする道もあります。艦艇勤務では、外国の食材での献立づくりに苦労することもあります。「給養員」は自衛官の健康と士気の源となる「食」に関わる重要な任務を担っています。



詳細は梅田募集案内所HP▲

問 防衛省自衛隊北区担当広報官(安尾・堤) ☎06-6373-0435

※広告の内容等、掲載された広告に関する一切の責任は広告主に帰属します。また、大阪市が推奨等するものではありません。

広告