



イベント、健診、各種無料相談などの費用の記載のないものは無料です。最新情報は各問合せ先にご確認ください。

西区万博
関連イベント

暮らし・手続き

令和6年9月22日(日)は区役所窓口でマイナンバーカードに関するお手続きができません

月に一度の日曜開庁日ですが、マイナンバーカードのシステムがメンテナンスで停止するため、当日はマイナンバーカードの交付や電子証明書の更新などのお手続きができません。ご不便をおかけしますが、停止日以外でお手続きをお願いします。

☎ 区 住民登録担当 1階3番窓口
TEL 06-6532-9963 FAX 06-6538-7317

西区広報紙「かせ」戸別配付申込みをオンラインで行えます

西区在住で新聞(朝日・毎日・読売・産経・日本経済新聞)を購読されていない方への戸別配付申込みを行政オンラインシステムで行えます。

☎ 区 広報担当 5階52番窓口
TEL 06-6532-9989 FAX 06-6538-7316



保健・福祉・健康

健康管理は特定健診から!

大阪市国保被保険者のうち、40歳以上の方(年度内に40歳になる方を含む)を対象に、生活習慣病の発症や重症化を予防するために無料で受診できる特定健診を実施しています。対象の方には、緑色の封筒で「受診券」をお送りしています。年末から年度末にかけて予約が混雑しますので早めの受診がオススメです!

なお、受診券を紛失された場合は、行政オンラインシステムにより、区役所に来庁することなく、再発行の手続きができます。

☎ 区 保険年金・保険担当 1階2番窓口
TEL 06-6532-9956 FAX 06-6538-7317

手続きはこちら



What's「街ねこ」活動?

大阪市は、地域の理解と協力のもと、その地域に住む野良猫の不好去勢手術を行い、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。

耳のV字カットは街ねこの印です



所有者不明猫適正管理推進事業 検索

☎ 区 地域保健担当 3階34番窓口
TEL 06-6532-9973 FAX 06-6538-6246

9月は高齢者福祉月間・認知症月間です

—高齢者の皆さんのお困りごと、私たちとっしょに考えましょう—

3 全ての心に寄り添った支援
11 自ら助け合えるまちづくり
関連記事 10面



▲西区地域包括支援センター・西区オレンジチーム ▲花乃井ランチ

■西区地域包括支援センター

皆さんが安心して暮らせるよう、高齢者やその家族からの医療、介護、福祉に関する相談に専門職が総合的に対応します。「認知症かな?」と感じたときやどのように対応していいのかわかったときなど、お気軽にご相談ください。

☎ 西区社会福祉協議会内(区役所6階)
TEL 06-6539-8075 FAX 06-6539-8073
✉ nishishakyo@piano.ocn.ne.jp
受付時間 月～金 9:00～19:00、土 9:00～17:00(日祝・年末年始は休み)

認知症は早期発見・早期対応が大切です。

■西区オレンジチーム(認知症初期集中支援チーム)

場所 西区社会福祉協議会内(区役所6階)
TEL 06-6539-8248 FAX 06-6539-8073
受付時間 月～土 9:00～17:00(日祝・年末年始は休み)

若年性認知症のことでお悩みの方もご相談ください。

■花乃井ランチ

場所 江之子島1-8-44 江之子島コスモス苑
TEL 06-6225-2662 FAX 06-6225-2663
受付時間 月～金 9:00～17:30(土日祝・年末年始は休み)

地域包括支援センターと連携した相談窓口として、西船場・江戸堀・靱・明治・広教・本土地域の支援をしています。

大阪市認知症アプリをご利用ください

認知症の相談窓口やイベント情報などを確認できます。認知症の方やご家族、支援者の方でも活用しやすくなっています。

ダウンロードはこちら



☎ 区 地域福祉担当 3階32番窓口 TEL 06-6532-9857 FAX 06-6538-7319

9月は『高齢者セーフティネット強化月間』です

大阪市消防局では、9月16日(月・祝)の「敬老の日」にあわせて、9月を『高齢者セーフティネット強化月間』と定め、高齢者の家庭内における事故防止について呼びかけています。

家庭内事故の原因の代表例

① 転倒・転落

電源コードなどによるつまづきを防止するため、部屋の中は整理整頓するよう心がけましょう。階段には、転落防止のための滑り止めや手すりを設けましょう。



② 熱中症

暑さのピークは過ぎましたが熱中症のリスクはまだあります。室内ではエアコンを積極的に活用し、こまめな水分補給を心掛けましょう。今一度皆さんで家庭内を確認し、事故やケガを未然に防ぎましょう!!



☎ 西消防署 TEL 06-4393-0119 FAX 06-4393-0124

「新鮮だから安全」ではありません

●カンピロバクター食中毒

生・半生・加熱不足の鶏肉料理によるカンピロバクター食中毒が多発しています!過去5年間(平成31年～令和5年)に大阪府で発生した食中毒事件のうち、全体の約55%がカンピロバクターを原因とするものでした。

市販の鶏肉には、カンピロバクターが高い割合で付いています。カンピロバクターは少量でも付いていれば食中毒を起こすことから、新鮮な鶏肉であっても生や加熱不十分な状態で食べると、食中毒になることがあります。

●牛のレバーや豚肉

(レバーなど内臓も含む)は生食禁止!

これらのものを生で食べると、カンピロバクターや腸管出血性大腸菌O157、サルモネラ属菌などによる食中毒にかかることがあります。また、基準に適合した生食用肉(牛肉)であっても、子ども、高齢者、食中毒菌に対する抵抗力の弱い方は、生食を控えてください。

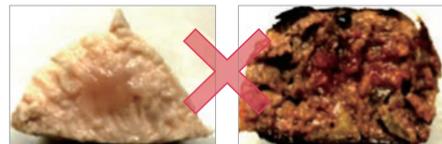
シカやイノシシなどの野生鳥獣は、どのような病原体を持っているかわからないため、その肉を生や加熱不十分で食べるのは大変危険です。

●家庭での注意事項

食中毒の原因となる病原体はお肉の内部にまで入り込んでいることがありますので、**中心部の色が完全に変わるまで十分に加熱してください!**(75℃以上で1分間以上の加熱)



▲よく焼けた鶏肉 ▲よく焼けたハンバーグ



▲加熱不十分の鶏肉 ▲加熱不十分のハンバーグ

☎ 区 地域保健担当 3階34番窓口
TEL 06-6532-9973 FAX 06-6538-6246

朝ごはんを食べよう!

～9月は大阪市朝食月間です～

朝ごはん、食べていますか? 朝ごはんを食べると、こんなメリットがあります!

- ①活動力アップ!
- ②からだの目覚め!
- ③集中力アップ!
- ④体調や生活にリズムを!
- ⑤肥満予防!



食欲がない、時間がないという方は口当たりがよく簡単に食べられる牛乳や果物、野菜ジュースなどから始めてみましょう!

☎ 区 地域保健担当 3階34番窓口
TEL 06-6532-9882 FAX 06-6538-6246