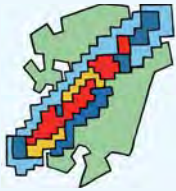


こちらは
防災担当です

線状降水帯に 気を付けよう！

この時期になるとニュースでよく聞く「線状降水帯」とは、積乱雲が列になって同じ場所を通過・停滞することでできる、大雨が降るエリアのことです。数時間もの凄い雨が降ることで洪水等が起き、大きな被害をもたらす場合もあります。線状降水帯の発生を予測することは難しく、事前に備えておくことが重要です。ハザードマップで河川氾濫の浸水予測を確認し、自宅が浸水する可能性がある場合は、避難先・避難方法を考えておきましょう。

問 地域支援課
安全まちづくりグループ
TEL 06-6478-9895



台風接近による橋梁の 計画的通行止めについて

台風接近による橋梁上での事故を未然に防止するため、**中島川に架かる中島新橋を計画的通行止め**にする場合があります。ご理解とご協力をお願いします。詳細は、**大阪市ホームページ**で確認できます。➡

問 建設局企画部工務課 TEL 06-6615-6477



速度取締り強化中！

大阪府下において
交通事故が多発
しています。



ドライバーやライダーの皆さん！

- ▶ 交通事故が多発しています！
- ▶ 速度を控え、気持ちと時間に余裕を持った運転をしましょう！



白バイ隊員の
ワンポイントアドバイス
動画 配信中

交通安全情報を
YouTube大阪府警察交通部
公式チャンネルにて配信中！



問 西淀川警察署 交通課 TEL 06-6474-1234

各種無料相談

【対象】市内在住の方 ★は要予約

相談の種類	日程・実施時間・実施場所	相談内容・問合せ・その他
西淀川区役所 (御幣島1-2-10)	法律相談 ★ 7月6日(木)・13日(木) 20日(木)・27日(木) 8月3日(木) 13:00～17:00 実施場所詳細は予約時にお伝え	離婚・金銭トラブル等、法律全般 問 政策共創課(5階52番) TEL 06-6478-9683 【電話予約受付】当日 9:00～ 【定員】8組・先着順(1人30分以内)
	行政相談 ★ 7月6日(木)・8月3日(木) 13:30～15:00 3階相談室	行政全般についての苦情や意見・要望 問 政策共創課(5階52番) TEL 06-6478-9683 【完全電話予約制】
	税務相談 7月4日(火)・11日(火) 18日(火)・25日(火) 8月1日(火) 13:30～16:30 3階相談室	所得税・法人税・資産税(相続税・贈与税・譲渡)など 問 近畿税理士会西淀川支部 TEL 06-6478-2410 【電話事前予約優先】 予約の受付は平日9:00～12:30※ ※留守番電話の場合は、後日折り返します。 【対象】区内在住・在勤の方
	不動産相談 ★ 7月14日(金) 13:30～16:30 3階相談室	賃貸、売買、空家利活用、その他不動産に関する諸問題 問 全日本不動産協会大阪府本部北支部 TEL 06-6373-1511 【電話予約受付】 前日16:00まで
	司法書士相談 7月21日(金) 13:30～16:30 3階相談室	相続、遺言、成年後見、登記、借金問題など民事紛争 問 大阪司法書士会北支部 TEL 0120-676-888 【電話事前予約優先】
	行政書士相談 7月28日(金) 13:00～15:00 3階相談室	相続、遺言、離婚協議、成年後見、帰化やビザなど 問 大阪府行政書士会淀川支部 TEL 06-7739-8000 【電話事前予約優先】
	花とみどりの相談 7月20日(木) 14:00～15:30 1階区民ロビー	草木や草花の園芸相談 問 十三公園事務所 TEL 06-6309-0008
	社会保険 労務士相談 7月19日(水) 13:00～17:00 3階相談室	労働・雇用・社会保険などに関すること 問 政策共創課(5階52番) TEL 06-6478-9683【予約優先】

相談の種類	日程・実施時間・実施場所	問合せ・その他
日曜法律相談 ★	7月23日(日) 13:00～17:00 北区役所	予約専用電話 TEL 050-1807-2537(AI電話受付。24時間申込可能) 【電話予約受付】7月14日(金) 12:00～7月22日(土) 17:00 【定員】16組・先着順 問 大阪市総合コールセンター TEL 06-4301-7285
ナイター法律相談	7月12日(水) 18:30～21:00 (受付は20:00迄) 天王寺区民センター	【当日会場で受付】 受付開始(18:00を予定)までに来場された方で抽選を行い、相談の順番を決定。抽選実施後、空きがある場合は、以降先着順。【定員】32名 問 大阪市総合コールセンター TEL 06-4301-7285

各種検診等

【場所】保健福祉センター(区役所2階)

種別	日程・受付時間	内容・対象	費用
結核健診	7月21日(金) 10:00～11:00 8月21日(月)	胸部エックス線撮影 15歳以上の市民の方	無料
大腸がん検診 ★	7月23日(日) [定員到達] 8月26日(土) 9月18日(月・祝) 9:30～10:30 10月7日(土)	便潜血検査 40歳以上の市民の方 胸部エックス線撮影 40歳以上の市民の方 かく痰検査 50歳以上の方で検査対象の方	300円 無料 400円
肺がん検診 ★	7月23日(日) [定員到達] 8月26日(土) 9:30～10:30 9月18日(月・祝)	マンモグラフィ検査 40歳以上の女性 (昨年度(令和4年4月1日～令和5年3月31日)に 受診されていない方)	1,500円
乳がん検診 ★	7月23日(日) [定員到達] 8月26日(土) 9:30～10:30 9月18日(月・祝)	かかと部分の超音波測定 18歳以上の市民の方	無料
骨粗しょう症検診 ★	7月23日(日) 8月26日(土) 9月18日(月・祝) 10月7日(土)	診察、尿検査、血液検査等 40歳以上で、大阪市国民健康保険・後期高齢者 医療保険に加入し、受診券をお持ちの方	無料
特定健診 (後期高齢者医療健診)	7月23日(日) 8月26日(土) 9月18日(月・祝) 10月7日(土)	9:30～11:00	
歯科健康相談	7月23日(日) 9月18日(月・祝)	9:30～10:30 市民の方	無料

★は要予約 予約は実施日の12日前、または定員になり次第締切となります。

がん、骨粗しょう症検診、特定健診の対象年齢は、令和5年度末(令和6年3月31日)時点

【予約・問合せ】保健福祉課 健康推進グループ TEL 06-6478-9882



保健師
からの

健康キラリ☆通信

私たち保健師は地域のみなさんが健康な
生活を送れるよう日々活動しています

あなたの骨は大丈夫ですか？

●骨粗しょう症とは

骨がもろくなり、骨折しやすい状態になる病気です。骨粗しょう症により骨がもろくなると、くしゃみをしたなどのわずかな衝撃で骨折してしまうことがあります。骨粗しょう症による骨折から介護が必要になってしまう人も少なくありません。



⚠ 女性は特にご用心

女性は男性に比べて、もともと骨のカルシウム量が少なく、さらに閉経に伴い女性ホルモンが激減するため骨粗しょう症になりやすくなります。今から予防を始めましょう。

骨粗しょう症検診で

骨密度 調べてみませんか？

超音波検査でとっても簡単に
調べることができます。
問 TEL 06-6478-9882

対象者

- 1 18歳以上の大阪市民の方
- 2 骨粗しょう症の治療を受けていない方
- 3 今年度検査を受けていない方

骨粗しょう症 予防

① 食事

骨の健康のためにはバランスの良い食事が必要です。骨を強くするカルシウム、カルシウムの吸収を促すビタミンD、骨へのカルシウムの取り込みを助けるビタミンKなどバランスよく摂取しましょう。

② 運動

骨に刺激が加わることでより強い骨になります。有酸素運動が効果的と言われていますが、室内でもスワット等生活の中でできる運動をする習慣を持ちましょう。



③ 日光浴

実はビタミンDは日光に当たることで作られます。おうちの中で過ごす時間が多い人は、散歩したり、窓際で陽に当たるように意識してみよう。



問 保健福祉課 健康推進グループ 2階25番
TEL 06-6478-9968