

7月は食中毒予防月間!

梅雨の時期は食中毒が発生しやすくなります。
次のポイントに注意し家庭から食中毒をなくしましょう。

- ① 食品は期限を確認して購入しましょう。肉・魚は分けて包み、できれば保冷剤(氷)などを使用し、早く持ち帰りましょう。
- ② 要冷蔵・冷凍の食品は、帰ったらすぐに冷凍冷蔵庫に入れましょう。冷凍冷蔵庫は詰め過ぎず、温度管理を徹底しましょう。
- ③ 調理時のこまめな手洗と調理器具の洗浄・消毒を徹底しましょう。タオルやふきんは常に清潔なものを使いましょう。
- ④ 食品は中心部まで十分に加熱しましょう。加熱しない野菜や果物は水道水などで十分に洗いましょう。
- ⑤ 盛り付けは清潔な器具・食器を使用し、すぐに食べましょう。
- ⑥ 残った食品はすぐに冷やし、再加熱は④と同様にしましょう。

9月30日まで「食中毒注意報」と「食中毒予防」の情報提供を、
テレホンサービス(6208-0963)で行っています。

問合せ 保健福祉課(健康推進)1階19番窓口 ☎6694-9882 FAX 6694-6125

子育てミニコラム

～こどものスキンケア 夏のスキンケアで気をつけることは?～

夏は汗の影響で皮膚が悪化しやすい季節です。汗をかいたらそのまま放置せず、スキンケア(洗浄・保湿・紫外線予防)をこまめにするのがコツです。

▼こどものスキンケア(洗浄・保湿)のポイント

- ① たっぷり保湿剤を塗る
- ② こまめに保湿する(1日2回以上)
- ③ たっぷりの泡で優しく洗う(しわを伸ばして洗う)
- ④ しっかりとすすぐ

▼紫外線対策

紫外線の強くなる季節に入っています。強い紫外線は皮膚にとって避けたい刺激です。10時～14時の外出を避ける、日陰で遊ぶようにする、外に長時間いないようにしましょう。長い時間紫外線を浴びるときは、日焼け止めを塗る、帽子をかぶる、肌の露出の少ない衣類を着るなどの工夫をしましょう。

ただし、日焼け止めはかぶれることがないか確かめてから使用しましょう。熱中症の対策も合わせて行い、これからの季節の肌トラブルを防いで元気に過ごしましょう。



問合せ 子育て世代包括支援センター「はぐあっぷ」
保健福祉課 1階19番窓口 ☎6694-9968 FAX 6694-6125

無料相談のご案内(定員に達した時点で受付は終了します)

内容	とき	ところ	対象・申込方法など	申込み・問合せ先	
法律相談※1 (弁護士相談)	7月4日(木)・10日(水) 18日(木)・24日(水) 8月1日(木)	13:00～17:00 (1組30分間)	区役所3階 相談室	相談日当日の9:00～16:00 電話でのみ (対象)市内在住の人(原則本人申込)※2 先着順・相談時間指定不可	総務課 ☎6694-9683 FAX 6692-5535 (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。)
社会保険労務士相談	7月1日(月)・8月5日(月)	13:30～16:00 (1組30分間)	区役所3階 相談室	相談日前週金曜に右記の 申込み先へ直接電話にて (定員)各5組(先着順) (定員に空きがある場合は、当日 15:30まで会場にて受付可) (対象)市内在住の人	大阪府社会保険労務士会大阪南支部 ☎7893-1333
税理士相談	7月8日(月)				近畿税理士会住吉支部 ☎6678-1817
司法書士相談	7月22日(月)				大阪司法書士会阪南支部 ☎6628-7133
相談内容など詳しくは、直接各問合せ先にご確認ください。					
行政相談委員による 行政相談	7月25日(木)	13:00～16:00 (受付は15:00まで)	区役所3階 相談室	行政相談委員(総務大臣が委嘱した民間の有識者・無報酬)による国の行政(サービス)・各種制度の 手続きなどに関する相談(申込不要・定員なし)	総務省近畿管区行政評価局 行政相談課 ☎6941-8358 FAX 6941-8988 相談日当日は総務課3階③番窓口まで
行政相談では、公正・中立な立場に立って、行政の制度・運営の改善を推進しています。					
障がい者の暮らし 何でも相談	7月24日(水)	11:00～14:00	区役所1階 第1会議室	障がいのある人、その家族、障がい福祉サービス事業所 職員など(主催:住吉区地域自立支援協議会)	住吉区障がい者基幹相談支援センター・まいど ☎6609-3133 FAX 6609-3210
生活自立相談	月～金曜 (土日祝、年末年始除く)	9:00～17:30	区役所4階 41番窓口	区内在住で生活にお困りの人 (生活保護受給者は対象外)	事業受託者 (社福)住吉区社会福祉協議会 ☎6654-7763 FAX 6654-7651
犯罪被害者等支援の ための総合相談窓口	月～金曜 (土日祝、年末年始除く)	9:00～17:30	大阪市役所 4階	大阪市内にお住まいで、犯罪被害にあわれた 人や、その家族・遺族、または関係者など	市民局人権企画課 ☎6208-7619 FAX 6202-7073

各種検診などのご案内

申込み・問合せ 保健福祉課 1階19番窓口 ☎6694-9882 FAX 6694-6125

※午前の事業は当日7:00時点、午後の事業は当日11:00時点、夜間の事業は当日16:00時点
「暴風警報」もしくは「特別警報」が発令されている場合は中止します。
※がん検診は随時予約を受け付けています。がん検診・特定健康診査は取扱医療機関でも受診できます。



内容	受付日時	ところ	持ち物	対象・費用
胃(エックス線撮影)・ 大腸・肺がん検診	要予約 9月6日(金)・9月21日(土) 9:30～10:30	住吉区役所 1階19番窓口	予約者に個別に案内します	40歳以上(喀痰検査は規定有) ・胃(500円)・大腸(300円) ・肺(無料)・喀痰(400円)
乳がん検診(マンモグラフィ)	要予約 8月22日(木)・9月21日(土) 9:30～10:30			40歳以上の女性 1500円 ※受診は2年に1回
骨粗しょう症検診	要予約			18歳以上 無料
特定健康診査・ 後期高齢者医療健康診査 (問診・診察・血液検査・ 血圧測定・尿検査など) 食後10時間以上の絶食でお越しください。	予約不要 7月10日(水)9:30～11:00 8月22日(木)9:30～11:00 9月21日(土)9:30～11:00	住吉区役所	・受診券 ・健康保険証 (国民健康保険被保険者証、もしくは 後期高齢者医療被保険者証) ・昨年度の結果(ある場合)	40歳以上で大阪市国民健康 保険もしくは後期高齢者医療 制度に加入している人* ※他の健康保険に加入している人は対 象外です。ご加入の保険者に受診方 法などを確認してください。 無料
BCG接種	予約不要 7月17日(水)13:30～14:30 (12:00から整理券配付)	住吉区役所 1階19番窓口	・母子健康手帳 ・予防接種手帳	標準的な接種年齢 生後5～8カ月 (1歳の誕生日の前日まで接種できます) 無料
結核健診	予約不要 7月22日(月) 13:30～14:30	住吉区役所 1階19番窓口	—	15歳以上 無料
歯科相談	予約不要 7月10日(水)・8月22日(木) 9:30～10:30	住吉区役所 1階19番窓口	—	年齢制限なし 無料

がん検診等について

- 次に該当する場合は対象外です。
- 勤務先などで同程度の検診を受診できる
 - 検診部位を治療中・経過観察中である
 - 自覚症状がある
 - 年度中に同等の検診・検査を受けた など

乳がん検診(超音波検査)(対象:30歳代の女性)・子宮頸がん検診(対象:20歳以上の女性)・胃がん検診(内視鏡検査)(対象:50歳以上)は取扱医療機関で実施しています。取扱医療機関についてはお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。

区役所で行うがん検診は、休日の実施日もあります。今後のがん検診など日程については、お問い合わせください。

「広報すみよし」の配布

広報すみよしは毎月5日(1月は6日)までに、全戸配布(有人世帯・事務所)しています。届かない場合は配布委託業者までご連絡を!

次の①②③④地域以外全て
近畿ポスティング協同組合
☎6532-6177
FAX 6532-6188
(9:00～17:00)

① 山之内1～5丁目
遠里小野2・3丁目
山之内スマイル協議会
☎FAX 6694-4337
(10:00～12:00/13:00～16:00)

② 東粉浜1～3丁目
地活協東粉浜
☎FAX 6672-0726
(10:00～12:00/13:00～16:00)

③ 苅田9～10丁目
庭井1～2丁目
苅田南地域活動協議会
☎FAX 6699-5963
(10:00～12:00/13:00～16:00)

④ 苅田1～2丁目・4丁目
我孫子東1丁目1～7番・我孫子1丁目
苅田北ほほえみ協議会
☎6696-1048 FAX 6696-4145
(10:00～12:00/13:00～16:00)