

### おめでとうございます

～大阪市生涯学習推進員永年勤続対象者表彰～

多年にわたり大阪市の生涯学習の推進に寄与された皆さまに敬意を表し、このたび表彰状及び記念徽章が授与され、大正区では、在任期間20年の次のお二人が受賞されました。

うえむら かずお のがわ ゆ み こ  
上村 一夫 様 野川 由美子 様

※50音順

このたびの栄えある受賞を心からお祝い申し上げます。

問合せ こども・教育 3階34番

☎ 4394-9980



### 「学校選択制希望調査票」提出のお願い



来春に小・中学校入学予定のご家庭に配布した「学校案内」はご覧いただけましたか。

同封している「学校選択制希望調査票」については、**小・中学校入学予定の皆さま全員の提出をお願いしています。**通学区域外の学校を希望される方のほか、通学区域の学校を希望される方や、私立・国立等の学校の受験を予定されている方もご提出ください。

期限までに提出のない場合や、希望する学校名が未記入の場合は、通学区域の学校が希望校となりますので、ご注意ください。

**提出期限** 郵送:10月29日(金)必着

持参:10月29日(金)17:30まで

※受付期間中は、持参の場合、土日祝は受付しておりません。

問合せ こども・教育 3階34番 ☎ 4394-9980

### 保健・福祉・健康

#### 「介護就職デイ 介護合同就職面接会&映画上映会 inあべのハルカス」を開催します

無料・要申込

介護施設21社の合同就職面接会を開催します。今年も大阪市の事業「介護の職場 担い手創出事業」で雇用管理改善に取り組むモデル事業所6社も参加します。また、映画「ケアニン～ここに咲く花～」の上映会も同時実施します。介護の資格をお持ちでない方や未経験の方でも、福祉分野に興味がある、介護業界で働いてみたいなどございましたら、是非ご参加ください。(面接会には来所、映画上映会には、来所もしくは電話で申込が必要です)

**日時** 11月16日(火)13:00~16:00(予約制)

※映画上映時間は別途設定しています。詳しくはお問合せください。

**場所** あべのハルカス会議室  
大阪市阿倍野区阿倍野筋1-1-43  
あべのハルカス25階

**参加事業所** 21社(予定)

**募集職種** 介護職・看護職・その他

問合せ ハローワーク大阪西 人材確保対策コーナー

☎ 6582-5271(内線41#)

#### うつ病の家族教室 無料・要申込

家族の方がうつ病の知識を学び、理解しご本人への接し方を考えてみませんか。



**日時** 11月12日(金)、26日(金)  
14:00~16:00

**場所・主催** 大阪市こころの健康センター  
大阪市都島区中野町5-15-21  
(都島センタービル3階)

**対象** 市内在住で、うつ病と診断されている方のご家族

**定員** 20名(先着順)

**申込** 電話での申し込み。11月5日(金)締切

問合せ 保健活動 3階32番 ☎ 4394-9968

### 10月は犬・猫を正しく飼う運動強調月間です!



●人とペットが幸せに暮らせるよう、愛情と責任をもって終生飼いましょう!

- ・トイレトレーニングをしましょう。
- ・ふん、尿の後始末は必ずしましょう。
- ・無駄吠えを防止しましょう。
- ・飼い犬の放し飼いはやめましょう。
- ・飼い猫は室内で飼いましょう。
- ・犬の登録、狂犬病予防注射は必ず受けましょう。
- ・飼い主がわかるよう名札などを着けましょう。
- ・不幸な命を増やさないために不妊去勢手術をしましょう。



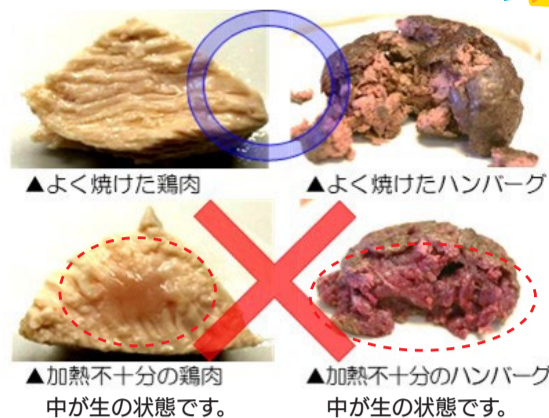
●野良猫の世話をしている方は、将来のことを考え、周りに迷惑をかけないよう責任を持って管理しましょう!

大阪市では、地域の理解と協力のもと、その地域に住む野良猫の不妊去勢手術を行い、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。詳しくは大阪市ホームページをご覧ください!



問合せ 生活環境 3階31番 ☎ 4394-9973

### 「新鮮=安全」…ではありません。



▲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  
中が生の状態です。

▲加熱不十分のハンバーグ  
中が生の状態です。

この部分が加熱不十分です。

大阪市では、生や加熱不十分な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。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。また、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。カンピロバクター食中毒にかかると、食べてから1~7日で下痢、腹痛、発熱などの症状が出ます。子どもや高齢者等抵抗力の弱い方では重症化する危険性もあり、注意が必要です。また、カンピロバクター食中毒にかかった数週間後に、手足の麻痺や顔面神経麻痺、呼吸困難等を起こす「ギラン・バレー症候群」を発症する場合があります。指摘されています。

「新鮮だから生でも安心」  
「お店で出されているから生でも安心」は誤解です!



鶏肉などの食肉料理は中心部まで十分に加熱し、おいしく安全に食べましょう!

問合せ 生活環境 3階31番 ☎ 4394-9973

### 女性の皆さん、早期発見には日ごろの自己検診が大切です

乳がんは早期に発見すれば、治りやすい病気です。見つけるためには、がん検診の他に、自分で乳房をさわり、しこりやくぼみの有無を確かめる自己検診も効果的です。



#### ●自己検診の方法●

月経のある方は月経終了から1週間たった頃、閉経した方は日を決めて毎月できるだけ同じ日に行いましょう。

- ①鏡の前でバンザイし、「くぼみ・ただれ・分泌物」がないか見る。
- ②図1のように指をそろえ、図2のような向きで触り、しこりがないか確認する。座った状態と横になった状態で2回確認する。



図1

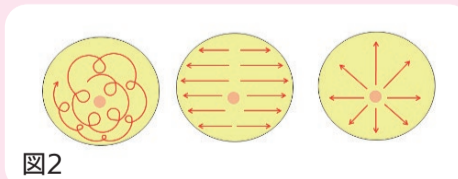
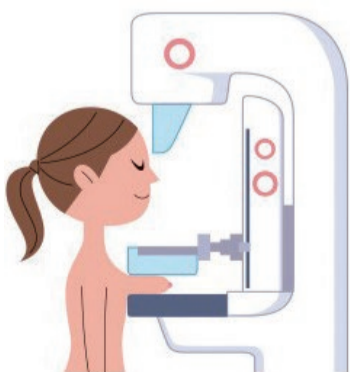


図2

自己検診や自覚症状で「あれ・・・?」と思う症状があれば、外科を受診しましょう。



超音波検査



マンモグラフィー検査

### 乳がん検診を受けましょう!

乳がん検診は超音波検査(30歳代の方)とマンモグラフィー検査(40歳以上の方)があります。マンモグラフィー検査は大正区保健福祉センターでも受けることができますので、ご予約をお待ちしております。(ご予約は健康づくり: ☎4394-9882まで)

問合せ 保健活動 3階32番 ☎ 4394-9968



詳しくは大阪市のホームページをご覧ください。