

20歳未満のお酒のリスクを 知っていますか?

健康
 コラム

20歳未満の方はアルコールを分解する力が弱く、短期間で様々なダメージを受けるリスクがあります。

【からだへの影響】

◎性ホルモン

第二次性徴に必要なホルモンを減少させ、男性は勃起障害、女性は生理不順や無月経を起こすことがあります。

◎脳

脳の神経細胞が破壊されて、発育を妨げたり、脳委縮で将来的な認知症のリスクを高めます。

◎アルコール依存症

15歳までにお酒を飲み始めると、依存症の確率が4倍に増えるという報告があります。

◎急性アルコール中毒

飲みすぎて脳全体がマヒすると昏睡状態になり、呼吸もマヒして、最悪の場合、死に至る危険があります。



20歳未満の人に飲酒させることは法律で禁止されています!

飲酒を防止するためには、まわりの大人も飲酒がなぜいけないのか正しく理解する必要があります。

健康に関するご相談は、保健師にお気軽にご相談ください

問合せ 保健活動 3階32番 ☎ 06-4394-9968

区保健福祉センターで実施する各種検診・教室等

要予約の検診等は定員になり次第締め切ります。詳しくは担当までお問い合わせください。

| 種類 | 対象 | 日時 | 費用 | 内容等 |
|---|--|----------------------|----|----------------------|
| 結核健診※ | 15歳以上の大阪市民の方(妊娠中及び妊娠の可能性のある方はご遠慮ください。) | 3月11日(火) 10:00~11:00 | 無料 | 胸部エックス線検査 |
| 離乳食講習会 要予約 | 6~7か月児とその保護者 | 3月27日(木) 14:00~15:30 | 無料 | 離乳食のお話、調理実演、育児等の情報交換 |

※大阪市に住民登録のない方、勤務先等で同程度の検診を受診できる方は対象となりません。

問合せ 健康づくり 3階30番 ☎ 06-4394-9882

| 種類 | 対象 | 日時 | 費用 | 内容等 |
|--|--------------------------------------|---|----|---|
| プレパパ・プレママ レッスン(妊婦教室) 要予約 | 妊娠5か月以降の妊婦とその家族 | 3月3日(月) 13:30~15:30 3月16日(日) 10:00~12:00 | 無料 | ・保健師の話・妊娠中の栄養の話・赤ちゃんの着替え体験 ・沐浴体験・歯科健診 ※ 歯科健診のみの受診もできます。 |
| 発達相談 要予約 | 乳幼児 | 3月17日(月) 10:00~11:00 | 無料 | ・発育、発達の医師等による相談 |
| 精神保健福祉相談 要予約 | うつ、不眠、認知症、アルコール問題等 こころの健康相談を希望する方 | 3月6日(木)・3月17日(月)・3月24日(月) ※各回で時間が異なります。 | 無料 | ・専門医(精神科医)による相談 ※予約時に、相談内容の概要を精神保健福祉相談員、保健師 がお聞きします。 |
| 酒害教室 | お酒の問題についてお困りの方やその家族等 | 3月19日(水) 10:00~12:00 | 無料 | ・支援者の方もご参加ください。 |
| 家族教室 要予約 | 区内在住で統合失調症と診断された方の家族 | 3月12日(水) 14:00~16:00 | 無料 | ・家族交流会 |
| ひまわり会 要予約 | 区内在住で統合失調症を中心とする精神に 障がいのある方 | 3月19日(水) 13:30~15:30 | 無料 | ・当事者交流会 |

問合せ 保健活動 3階32番 ☎ 06-4394-9968

各種専門相談 無料・秘密厳守

| 種類 | 日時 | 場所 | 詳細等 |
|--|---|-------------------------|---|
| ひとり親家庭相談 <small>就業支援・離婚前 相談等も含む</small> 要電話 予約 | 毎週火曜・木曜(祝日・年末年始を除く) 10:00~17:00(12:15~13:00を除く) | 区役所3階 | 問合せ 子育て支援 3階33番 ☎ 06-4394-9914 |
| 離婚・養育費に関する専門相談 <small>大阪市弁護士会所属の弁護士が、 法律的な知識を要する問題の相談に応じます。</small> | 3月4日(火) 14:00~17:00 ※相談時間は45分以内 | 大正区役所3階 | 対象 市内在住の未成年の子どもがいる父母 申込 2月25日(火) 9:00~(先着4名) 問合せ 子育て支援 3階33番 ☎ 06-4394-9914 |
| 若者の自立相談 要予約 | 3月19日(水) 14:00~17:00 | 区役所 1階11番窓口 「インコス大正」 | 対象 15歳~39歳の自立に悩む若者・保護者 予約受付 開催日前日の18:00までに、コネクションズおおさかに電話 もしくは、FAX(相談希望日・氏名・連絡先を記入)でご予約ください。 問合せ コネクションズおおさか ☎ 06-6344-2660 FAX 06-6344-2677 |
| 障がいのある方のための「相談会」 <small>日ごろの生活でのお困りごとや心配ごと などについて、お気軽にご相談ください。</small> | 3月17日(月) 13:00~14:50 | 区役所3階 302会議室 | 対象 障がいのある方、家族、事業所関係者など 主催 大正区地域自立支援協議会・区保健福祉センター 問合せ 福祉 3階35番 ☎ 06-4394-9857 |
| ごみ分別相談およびフードドライブ | 毎月第2月曜日 3月10日(月) 13:30~15:00 | 区役所2階 区民ギャラリー前 | 問合せ 環境局 西部環境事業センター ☎ 06-6552-0901 FAX 06-6552-1130 |
| 専門相談員による人権相談 要申込 | 日時・場所は申込の際に決定します。 | | 問合せ 大阪市人権啓発・相談センター ☎ 06-6532-7830 FAX 06-6531-0666 |
| 犯罪被害者等支援のための総合相談 | 土日・祝・年末年始を除く 9:00~17:30 | 市民局人権企画課 (大阪市役所4階) | 問合せ 市民局人権企画課(市役所4階) ☎ 06-6208-7489 FAX 06-6202-7073 |
| 法律相談/定員各8組(先着順) 要電話 予約 | 3月5・12・19・26日(水) 4月2・9・16・23日(水) 13:00~17:00 | 区役所5階 | 予約受付 電話のみ ☎ 050-1808-6070 (AI電話による自動案内での受付となります) 受付 相談日の1週間前12:00~前日17:00(受付開始日が祝日の場合はその前の開庁日) 問合せ 庶務 5階50番 ☎ 06-4394-9683 |
| ナイター法律相談/定員32組 要予約 | 3月17日(月) 18:30~21:00 事前に行政オンラインシステムでの予約が必要です (予約で定員に満たない場合は、会場にて受付) | 中央区民センター | 予約受付 WEBのみ 2月10日(月) 12:00~3月16日(日) 17:00 問合せ 大阪市総合コールセンター ☎ 06-4301-7285 FAX 06-6373-3302 |
| 日曜法律相談/定員各16組 要電話 予約 | 3月23日(日) 13:00~17:00 | 淀川区役所 生野区役所 | 予約受付 電話のみ ☎ 050-1807-2537 (AI電話による自動案内での受付となります) 受付 3月14日(金) 12:00~22日(土) 17:00 問合せ 大阪市総合コールセンター ☎ 06-4301-7285 FAX 06-6373-3302 |
| 不動産に関する無料相談/ 定員6名(先着順) 事前 予約可 | 3月18日(火) 13:00~16:00 | さわやか広場 (区役所2階) | 予約受付 3月4日(火) 9:00~ 問合せ 庶務 5階50番 ☎ 06-4394-9683 |
| 空家個別相談会 予約 優先 | 3月23日(日) 10:00~14:30 | 区役所4階 401・403会議室 | 問合せ 4階40番 ☎ 06-4394-9942 |

