

この冬も取り組む感染症予防対策!

インフルエンザや新型コロナウイルス感染症などの感染症を予防するには、普段からの対策が重要です。

基本的な感染症の予防対策

こまめに手を洗う、うがいをする

ドアノブや電車の吊り革など、さまざまなものに触れることで手にウイルスが付着している可能性があります。こまめに手を洗いましょう。また、うがいをすることで喉からのウイルスの侵入が防げます。



咳エチケットを守る

咳やくしゃみが直接人にかからないように、マスク・ティッシュ・ハンカチ・袖・肘の内側などで口や鼻をおさえましょう。

免疫力を高める

食事や睡眠をしっかりとして、日頃から健康管理に努めましょう。

換気をする

季節を問わず、感染症予防には十分な換気が大切です。

インフルエンザや新型コロナウイルス感染症の予防にはワクチン接種が有効です

発症する可能性を減らし、もし発症しても重い症状になるのを防ぎます。

問合 保健福祉課(保健活動) 1階⑪番 ☎06-6915-9968



鶴見区子育てサロンに遊びに来てね!

子育てサロンは親子の遊びや情報交換、仲間づくりの場として、地域ごとに定期的に開催しています。

対象 0歳～就学前のお子さんとその保護者、ご出産予定のプレパパ・プレママ

詳しくはこちらから▶



無料

名称	日時	場所
茨田東子育てサロン (毎月第2水曜日)	11月8日(水)10時～12時	茨田東福祉会館(茨田大宮4-26-1)
茨田西子育てサロン (毎月第2木曜日)	11月9日(木)10時～12時	茨田西社会福祉会館(横堤5-5-52)
つるみ北子育てサロン (毎月第2月曜日)	11月13日(月)10時～12時	鶴見北公民館(鶴見5-6-37)
焼野子育てサロン (毎月第2月曜日)	11月13日(月)10時～11時30分	焼野福祉会館(焼野1-南10-4)
横堤子育てサロン (毎月第2火曜日)	11月14日(火)10時～12時	横堤福祉会館(横堤3-10-11)
茨田子育てサロン (毎月第3水曜日)	11月15日(水)10時～12時	茨田福祉会館(中茶屋1-1-41)
みどり子育てサロン (毎月第3水曜日)	11月15日(水)10時～11時30分 ※予約制 申込 ☎06-6967-1033 (子ども・子育てプラザ)	緑会館(緑ふれあいの家)(緑3-3-3)
茨田南子育てサロン (毎月第3木曜日)	11月16日(木)10時～12時	茨田南福祉会館(諸口2-4-36)
茨田北子育てサロン (毎月第3月曜日)	11月20日(月)※10時～11時30分 ※予約制 8組 申込 ☎06-6913-8119	茨田北福祉会館(安田4-2-12)
つるみ子育てサロン (毎月第3火曜日)	11月21日(火)10時～11時30分	鶴見公民館(鶴見2-5-41)
榎本子育てサロン (毎月第4火曜日)	11月28日(火)10時～11時30分	榎本福祉会館(今津中1-9-32)
今津子育てサロン (毎月第4火曜日)	11月28日(火)10時～12時	今津会館(今津中5-5-32)

問合 保健福祉課(子育て支援)1階⑫番 ☎06-6915-9129

※掲載は開催日順です

ノロウイルスにご注意ください!

ノロウイルスは感染力が非常に強く、食品や人の手などを介して感染し、急性胃腸炎を引き起こします。これからの季節、特に多く発生しています。



ノロウイルスによる食中毒予防のポイント

- △調理や食事前、トイレの後は手指の洗浄消毒を徹底しましょう。石けんでの手洗いは、手指に付着したウイルス量を減らすために最も効果的な方法です。
- △牡蠣などの二枚貝は中心部まで十分加熱しましょう。(目安は中心温度85℃～90℃で90秒以上です)
- △調理器具や調理台は次亜塩素酸ナトリウムを含む塩素系漂白剤による消毒、熱湯消毒して、いつも清潔にしましょう。
- △トイレの便座や便器の水洗取っ手、ドアノブ、便器まわりの床や壁、手すり等の消毒も有効です。

問合 保健福祉課(生活衛生) 1階⑪番 ☎06-6915-9973

自衛官等募集事務に係る自衛隊への情報提供を希望されない方の申し出(除外申出)を受け付けています

本市では、自衛隊法施行令第120条に基づく防衛大臣からの資料提供依頼に応じて、自衛官および自衛官候補生の募集のために必要な住民基本情報を提供していますが、自衛隊への情報提供を希望されない方は、申出いただくことにより、自衛隊へ提供する情報から除外しています。

対象者 大阪市内に住居登録がある日本人住民の方のうち、資料提供を行う年度に18歳及び21歳に到達する方

- 申出期限
- ①18歳に到達する年度における自衛隊への情報提供の除外を希望される方は、18歳に到達する年度の4月25日
 - ②21歳に到達する年度における自衛隊への情報提供の除外を希望される方は、21歳に到達する年度の12月25日

※申出期限が土日の場合は、翌月曜日が申出期限です。



除外申出方法の詳細については、ホームページをご参照ください。

問合 窓口サービス課(住民情報)1階③番 ☎06-6915-9963

11月 無料相談 対象 大阪市民の方

行政オンラインシステムでの予約 ★印が対応

申込期間 毎月1日から相談日4日前まで

定員 各2名(先着順)

相談名	日時	申込方法	場所
1 法律相談 (弁護士)	11月10日(金) 13時～17時 (毎月第2・第4金曜日)	予約 当日9時～電話 (予約専用☎06-6915-9954) 定員 16名(先着順)(1人30分以内)	区役所3階 つるみこころーム前 問合 総務課 (政策推進) ☎06-6915-9683
	11月24日(金) 13時～17時 (毎月第2・第4金曜日)	※11月24日相談より法律相談の予約受付期間が変わります 予約 11月17日(金)正午～ 11月23日(木・祝)17時 (予約専用☎050-1808-6070 [AI電話24時間受付]) 定員 16名(先着順)(1人30分以内) ※電話申込が困難な方は事前にお問い合わせください	
2 不動産相談 (賃貸、売買契約、 空家問題など)	11月9日(木) 13時～16時 毎月第2木曜日 (偶数月第4月曜日)	予約 当日9時～電話 (予約専用☎06-6915-9954) 定員 6名(先着順)(1人30分以内)	区役所 1階ロビー
3 司法書士相談 (相続・贈与、会社・法人 の登記、成年後見など)	11月15日(水) 13時～16時 (毎月第3水曜日)	予約 当日9時～電話 (予約専用☎06-6915-9954) 定員 8名(先着順)(1人45分以内)	
4 行政書士相談 (相続・遺言など)	11月8日(水) 13時～16時 (奇数月第2水曜日)	予約 当日9時～電話 (予約専用☎06-6915-9954) 定員 8名(先着順)(1人40分以内)	
5 行政なんでも相談 (「騒音で困っている」「残業手当 の不払いを相談したい」など)	11月24日(金) 14時～16時 (毎月第4金曜日)	当日会場にて受付	
6 花と緑の相談 問合 鶴見緑地公園事務所 ☎06-6912-0650	11月8日(水) 14時～15時30分	当日会場にて受付	
7 ごみの相談 フードドライブ 問合 城北環境事業センター ☎06-6913-3960	11月21日(火) 14時～16時 (毎月第3火曜日)	当日会場にて受付 ※食品の持ち込みは14時以降に お願いします	
8 人権相談 (いじめ、差別、虐待、 セクハラ、パワハラ、 DVなど)	【平日】9時～21時 【日・祝】9時～17時30分	専門相談員が電話で相談をお受けします。 区役所で面談を希望される方は事前にご予約ください。 (☎06-6532-7830) ※通話料は自己負担 区役所でも相談をお受けしています。【平日】9時～17時30分 問合 総務課(教育)4階④番 (☎06-6915-9734)	
9 精神科医による 精神保健福祉相談 問合 保健福祉課(保健活動) ☎06-6915-9968	11月10日(金)・24日(金) 各14時～15時30分	本人(鶴見区民)およびご家族 からの相談も可能です。電話、窓口 事前予約制(☎06-6915-9968) 定員 2名(先着順)(1人30分程度)	区役所 1階相談室
10 日曜法律相談	11月26日(日) 13時～17時 東淀川区役所	予約 11月17日(金)正午～11月25日(土)17時 (予約専用☎050-1807-2537[AI電話24時間受付]) 定員 16組(先着順)(1人30分) 問合 大阪市総合コールセンター「なにわコール」 (☎06-4301-7285) 年中無休・8時～21時	
11 ナイター法律相談	11月13日(月) 18時30分～21時 中央区民センター (中央区久太郎町1-2-27)	行政オンラインシステムでの事前予約 予約 11月12日(日)17時まで 定員 32組(先着順) ※オンライン予約で定員に満たない場合は、相談日の18時時点で 来場している相談希望者で抽選(18時受付終了) 問合 大阪市総合コールセンター「なにわコール」 (☎06-4301-7285) 年中無休・8時～21時	★