

いつも元気に！

# 健康だより

11月10日～16日は

## アルコール関連問題啓発週間です

お酒をやめたいのにやめられない。それは、依存症かもしれません。アルコール依存症は、飲酒のコントロールができなくなる病気です。「もしかして、依存症かも？」と思ったら、ご本人やご家族だけで抱えこまず、まずはご相談ください。

### ▼大阪府こころの健康相談総合センター

☎06(6691)2818

**開設日** 平日の午前9時～午後5時45分、第2・4土曜日の午前9時～午後5時30分

## ノロウイルス食中毒を予防しよう！

ノロウイルス食中毒を予防するために、次のポイントに気をつけましょう。

- ・カキなどの2枚貝を生食しない
- ・石けんですっきり手洗いうする
- ・加熱は85～90℃で90秒以上する

### ▼おおさか依存症士日ホットライン

☎0570(061)999

**開設日** 毎週土・日曜日の午後1時～5時

### ▼和泉保健所

☎0725(41)1342

**開設日** 平日の午前9時～午後5時45分

**問合せ先** 府地域保健課 ☎06(6944)7524



- ・調理器具類は、熱湯または家庭用塩素系漂白剤で消毒する
- ・吐物や便で汚れた場所は家庭用塩素系漂白剤で消毒する

**問合せ先** 和泉保健所 ☎0725

(41) 1382

## 健診・相談 問合せ先 地域包括ケア推進課 ☎(267)1160

名称	日程	時間	内容
1歳7か月児健診	11/22	—	対象は2021年4月生まれ。
2歳6か月児歯科健診	12/7	—	対象は2020年6月生まれ。虫歯予防にフッ素塗布。歯ブラシをお持ちください。
3歳6か月児健診	11/18	—	対象は2019年5月生まれ。朝一番の尿を採ってお持ちください。
離乳食講習会	12/6	13:00～14:00	対象は4～6か月児の保護者(要予約) 場所:総合保健センター、申込:地域包括ケア推進課 ☎(267)1160
あれこれ相談	随時	—	妊娠～子育てに関する相談(電話相談可)
健幸づくり教室(説明会)	11/16	16:00～17:30	【月1回コース】場所:中央公民館、申込:スマートウェルネス推進班 ☎(267)1161
	随時	—	【週1回コース】場所・申込:スポラたかいし ☎(267)1223・カモンたかいし ☎(263)2622
プレパパママのためのマタニティクラス(両親学級)	11/30	10:30～	内容:妊娠・産後の食事について 場所:市役所別館 申込:前日までにあれこれ相談ステーション ☎(275)6494
市民健康相談	随時	—	生活習慣病、食生活などに関する相談、禁煙サポート、その他健康に関する相談。
ささえあいの集い	11/15・22・12/6	14:00～15:30	介護者の健康づくりと交流。
ふれあい元気クラブ	月2回	お問い合わせください	寝たきりを防ぐ介護予防体操などを、綾園・羽衣・千代田・加茂・取石で開催。

※新型コロナウイルス感染症の影響により中止・変更になる場合があります。

### 和泉保健所より

☎0725(41)1342 JR和泉府中駅北東徒歩約7分

#### ●HIV・クラミジア・梅毒について

①検査:第2水曜日の9:30～11:00

②相談:平日の9:00～17:00

#### ●骨髄バンクドナー登録申込窓口

(電話・和泉保健所web予約制)

#### ●こころの健康相談(電話予約制)

こころの病気、依存症関連、ひきこもり等についての相談。

### 休日診療

☎(265)5171

市立診療センター内

診療時間 日曜・祝日の  
午前9時30分～午後0時30分、  
午後1時30分～4時30分

受付時間 午前9時～午後4時  
※午前診療の受付は正午まで

診療科目 内科・小児科

希望される方は和泉保健所までご連絡ください。プライバシーは厳守します。