

食中毒にご注意ください！

食中毒や腸管出血性大腸菌感染症（O157等）をはじめとする、夏型感染症の発生が本格シーズンを迎えます。特にO157は感染力が強く、また潜伏期間が2～14日（平均3～5日）と長いため、原因の食品や感染源が特定されにくいのが特徴です。主な症状は、腹痛や下痢で軽い場合がほとんどですが、頻回の水様便や激しい血便が出ることもあります。乳幼児や高齢者では重症化することがあるので注意が必要です。

■注意事項

- ・食品は十分に中まで火を通すこと。（中心温度75度、1分以上加熱）
- ・肉を焼く時の取り箸は専用にして口に入れないようにすること。
- ・調理器具、手指の洗浄や消毒を十分行うこと。

問合先 健幸増進課 ☎（275）6381

おはよう ローラーピラティス

初めての方も大歓迎！効率的でしなやかな身体づくりを目的とした教室です。

日程 7月1日から2ヶ月（全8回）いずれも火曜日の午前9時30分～10時30分

場所 スポラたかいし（3階）

対象 16歳以上の方

内容 体幹を鍛え美しい姿勢をめざします。

募集 15人（先着順）

料金 6,600円

申込・問合先 6月10日午前10時からスポラたかいし ☎（267）1223へ

熱中症予防シェルターの開設

夏の熱中症対策として、市民の一時避難場所“熱中症予防シェルター”を右記の13か所で開設しています。冷房や飲料水などを備えていますので、暑さからの一時的な避難にご利用ください。

期 間 10月10日まで（気候によって延長あり）

問合先 危機管理課 ☎（275）6247

※開館時間は、各施設で異なります。

※施設が閉館しているときはご利用いただけません。

熱中症予防シェルター	清高公民館 ☎（263）5885
市役所（別館） ☎（275）6247	中央公民館 ☎（265）6422
とろしプラザ ☎（260）0550	慶 翠 苑 ☎（265）3188
ふれあいゾーン ☎（261）3831	コミュニティセンター 瑞 松 苑 ☎（263）3317
羽衣公民館 ☎（265）3227	菊 寿 苑 ☎（271）0112
東羽衣公民館 ☎（262）8545	図 書 館 ☎（263）3100
千代田公民館 ☎（264）0886	アプラホール ☎（267）0018

教室のお知らせ

名称	日程	時間	備考	問合先
ささえあいの集い	6/10・17・24・7/1	14:00～15:30	介護者の健康づくりと交流。場所：総合保健センター	健幸増進課 ☎（267）1161
ふれあい元気クラブ	月2回程度	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。	

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
検査と相談：第2・4水曜日の9:30～11:00

●骨髄バンクドナー登録窓口
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