

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

6月4日から10日は歯と口の健康週間です

むし歯や歯周病を予防するには、歯みがきに加え、歯間部清掃用器具（デンタルフロス、歯間ブラシ等）を用いた歯と歯ぐきの境目の清掃が効果的です。日ごろから丁寧なブラッシングを行い、歯間部清掃用器具を使ったセルフケアを心がけましょう。

加えて定期的に歯科健診を受けましょう。自分では気づいていなかった小さな異変を見つけ、早期に必要な対策をとることで重症化を予防できます。

健活10で健康づくりを実践しよう!

問合先 大阪府和泉保健所 ☎0725(41)1342

健活10ホームページ▶



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カ所で開催しています。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9日まで(気候によって変更あり)

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

健康増進活動・健診のお知らせ

名称	日程	時間	備考	問合先
ささえあいの集い	6/9・16・23	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。	
がん検診・特定健診	6/16・17	お問い合わせください	6/16:(乳・子宮・大腸がん検診/特定健診:総合保健センター) 6/17:(胃・肺・大腸がん検診:総合保健センター) 日程によって健診(検診)の種類・会場が違います。 ご予約は健幸増進課まで。	健幸増進課 ☎(275)6381

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、ひきこもり等の相談。

休日診療

☎(265)5171 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

