

## 食生活改善推進協議会 かんたんヘルシーフッキング

**日時** 10月1日(水)10:00~13:00

**場所** 総合保健センター **対象** 市内在住の18歳以上

**募集** 16人(先着順) **料金** 1人800円(保険料含む)

※参加者には、たかいし健康ポイント(100ポイント)がつきます。

**献立** ご飯、チキンのスタミナ炒め、にんじんと大根のひらひらサラダ、焼きまいたけのお吸い物、コーヒー

**持物** エプロン、三角巾、手ふきタオル、マスク(調理中のみ使用)

**申込・問合せ先** 9月16日~9月26日に健幸増進課へ電話☎(275)6381またはWeb申込



## 9月24日から30日は「結核・呼吸器感染症予防週間」です。

結核は早期発見・早期治療が重要です。「2週間以上」咳や痰が続く場合は、医療機関を受診しましょう。年に1回は胸部エックス線検査を受診しましょう。(感染症法により、65歳以上の方は、年1回結核健診を受けることが義務付けられています。)

**問合せ先** 和泉保健所☎0725(41)1342

## 令和7年度 精神保健福祉家族教室のご案内

「病気のことを知りたい」「調子が悪い時にどのように対応したらよいかかわからず不安」「いつ、どういった福祉サービスを利用できるのか」等、ご家族への接し方や福祉サービス等を一緒に学びませんか。

**場所** 和泉保健所(3階)

**対象** 高石市、和泉市、泉大津市、忠岡町に在住の統合失調症を含むこころの病気を持つ方の御家族

**募集** 20名(①は9月22日、②は10月10日までに電話申込)

**申込・問合せ先** 和泉保健所精神保健福祉チーム☎0725(41)1330

日時	内容	講師
① 10月2日(木)14時~16時	統合失調症、こころの病気、家族対応の3つのワザ	上島医院 院長 渥美 正彦先生
② 10月21日(火)14時~16時15分	障がい福祉サービスの利用について	和泉市障がい者基幹相談支援センター 北山知世氏
	当事者の思い~チームみずいろの手作り紙芝居とお話~	ピアコーディネーター 内野 清子氏 ピアサポーター

## 健康増進・介護予防活動のお知らせ

名称	日程	時間	備考	問合せ先
ささえあいの集い	9/16・10/7・14	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

●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。  
自殺予防週間(9月10日から16日まで)

●9月は健康増進普及月間です。運動・食生活などの生活習慣を見直し、健康づくりに取り組みましょう。

●骨髄バンクドナー登録窓口

電話・和泉保健所web(予約制)▶



### 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