

いつも元気に！

健康だより

地域包括ケア推進課 ☎(267) 1160

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？」と思ったら、ご本人や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

▼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

問合先 府地域保健課 ☎06(6944)7524



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付けましょう。

- ・かきなどの2枚貝を生食しない
- ・石けんでしっかり手洗いうする
- ・加熱は90℃で90秒以上を心掛ける

- ・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

問合先 和泉保健所 ☎0725

(41) 1382

健診・相談

名称	日程	時間	内容
1歳7か月児健診	11/30	—	対象は2020年4月生まれ。
2歳6か月児歯科健診	12/1	—	対象は2019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	11/19	—	対象は2018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	12/7	開催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)
健康づくり教室(説明会)	11/17	開催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
プレバママのためのマタニティクラス(パパ・ママ学級)	11/16	開催10:00～	内容:妊娠期・産後の食生活について 場所:総合保健センター 申込:前日まで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	11/9・16・12/7	開催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

- 肝炎ウイルス検査(府HPをご覧ください)
(<http://www.pref.osaka.lg.jp/kenkozukuri/kanentaisaku/>)
- HIV・クラミジア・梅毒について
- ①検査:第2・第4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。

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。

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