

## 健康 日曜健診(特定健診のみ)

平日受診できない人におすすめです。

日時 12/1(日) 場所 ゆうゆうセンター

対象 40～74歳で、今年度の特定健診を受診していない国民健康保険加入者

※人間ドックを受診し、当課の助成金を申請した人は対象外。

定員 50人 費用 500円

申込・☎ 11/1(金)から医療保険課 ☎892-0121

## 健康 2・3月分センター健(検)診

▷2/14(金)・20(木)

▷3/10(火)・19(木)・23(月)

※健(検)診日の指定はできません。

場所 ゆうゆうセンター1階 休日診療所

項目 特定健診(国保加入者のみ)、ぴちぴち健診、各がん検診(胃・肺・大腸・前立腺・乳・子宮頸)、肝炎ウイルス検診、結核検診

※胃がん検診受診者のみ、追加で胃リスク検診が受診可能です。

※対象・費用等は、「わが家の健康管理」参照。

申込・☎ 11/1(金)～令和2年1/10(金)に健康増進課 ☎893-6405

## 健康コラム.....

### 「オーラルフレイル」を予防しましょう



滑舌が悪くなる、飲み物・汁物でむせやすくなる等、口の機能の衰えを「オーラルフレイル」といいます。このようになると「食事がしにくくなる」→「栄養状態が悪化し筋力が落ちる」→「外出がおっくうになり、全身の機能が低下する」→「要介護状態」といった悪循環につながりやすくなります。

オーラルフレイル予防には、口内を清潔に保つことと、口の体操やカラオケなどで舌や唇をよく動かすことが大切です。また、オーラルフレイルを疑うような症状があれば、かかりつけ歯科医に相談しましょう。

☎ 健康増進課 ☎893-6405

## スポーツ 体育協会が優秀選手を表彰

対象 ▷府大会＝個人・団体とも優勝

▷近畿・西日本・全国大会＝個人3位・団体2位以上

※各大会については、上部団体が主催する大会で、各連盟の代表として参加したものに限りです。

対象期間 平成30年4/1～31年3/31

申請に必要なもの 推薦書(社会教育課で配布)、賞状の写し、大会要項、名簿(団体のみ)

※協会役員が選考し、後日結果・式典日程を連絡します。

申込・☎ 11/29(金)17:00までに社会教育課 ☎892-7721



## くらし 検察審査会をご存じですか

犯罪の被害にあって警察や検察庁に訴えたのに、検察官が被疑者(加害者)を起訴してくれない場合に、その不起訴処分が正しかったかどうかを審査するのが検察審査会です。この制度をドラマ形式にしたDVDの貸出を行っています。

☎ 大阪第一～第四検察審査会事務局 ☎06-6316-2984

## 教育 11月は「子ども・若者育成支援強調月間」です

青少年指導員会は、強調月間中のPR標語を市民のみなさんから募集し、11件の応募の中から数内正勝さんの「あいさつと 笑顔で築こう 絆の輪」を優秀作品に決定しました。

同作品は、強調月間の啓発ポスターに使います。

☎ 青少年育成課 ☎892-7721

## 健康 倉治公民館で特定健診

お近くで特定健診を受けるチャンスです。

日時 令和2年1/14(火)13:30～

対象 40～74歳で、今年度の特定健診を受診していない国民健康保険加入者

※人間ドックを受診し、当課の助成金を申請した人は対象外。

定員 50人(先着順。1/7(火)時点で申込が30人以下の場合は中止)

費用 500円

申込・☎ 11/1(金)から医療保険課 ☎892-0121

## 消防 たばこによる火災にご注意を

市内でたばこによる火災が発生しています。次の事例を参考にポイントを確認しましょう。

### たばこによる火災事例

▷たばこの火が完全に消えておらず、吸い殻のたまった灰皿から出火

▷普通ゴミとたばこを一緒に捨てたところ完全に消えていなかったため出火

▷公園内でたばこをポイ捨てし、枯草に燃え移り出火

### 火災を防ぐためのポイント

▷吸い殻は水につけるなど完全に消火してから捨てる

▷灰皿の中は吸い殻が溜まった状態にしない

▷吸い殻は可燃物と一緒に捨てない

▷たばこのポイ捨てはしない

☎ 消防本部警備課 ☎892-0013

## 人権 「女性の人権ホットライン」強化週間

日時 11/18(月)～22(金)8:30～19:00

11/23(祝)・24(日)10:00～17:00

内容 夫・パートナーからの暴力、職場等でのセクシャル・ハラスメント、ストーカー行為等

電話番号 0570-070-810

相談員 人権擁護委員、法務局職員 費用 無料

※通年インターネットでも受け付けています。

<http://www.jinken.go.jp/>

☎ 大阪法務局人権擁護部 ☎06-6942-9496

## 環境 始めよう!生ごみダイエット

家庭からの燃やすごみの約40%は生ごみです。生ごみは約80%が水分で、腐敗や悪臭の原因にもなります。生ごみを捨てる際にひと絞りすることでごみの量を減らすことができます。家庭でも簡単にできる生ごみダイエットを、今日から始めましょう。

☎ 環境総務課 ☎892-0121

## 【広告】

## お知らせ

### 消防 秋の全国火災予防運動

11/9(土)～15(金)、全国一斉に秋の火災予防運動が展開されます。消防本部(署)では、「ひとつずついいね!で確認 火の用心」をスローガンに消防訓練の指導、消防対象物への立入検査などを行います。また、11/9(土)11:00～12:00、フレンドタウン交野「カインズ交野」で、消防団と合同で子供用防火衣の装着体験、住宅用火災警報器の展示、消防車両との写真撮影等を行います。

#### 3つの習慣

▷寝たばこは、絶対やめる。

▷ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。

▷ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

#### 4つの対策

▷逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。

▷寝具や衣類及びカーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する。

▷火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。

▷お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制を作る。

☎ 消防本部予防課 ☎892-0012

