

●セアカゴケグモの生息しやすい排水溝や花壇のブロッコリの隙間を定期的に掃除。
●見かけた時は、踏み潰すか、市販スプレー式殺虫剤を噴霧。

セアカゴケグモに注意してください!!

本来外来種だったセアカゴケグモは、平成7年に大阪府で発見されて以降、生息域を広げ、近畿圏はもとより他の地域でも見つかるようになりました。



写真：セアカゴケグモ

●セアカゴケグモの卵(卵のう)は完全に踏み潰す。
●咬まれた時の症状と対処
●針で刺したような痛みを感じる。
●咬まれた部分が腫れて赤くなり、しだいに痛みの範囲が広がる。
●通常は数時間から数日で症状は軽減するが、時には脱力感、頭痛、筋肉痛、神経麻痺などの全身症状をきたすことがある。
●万一、咬まれたときは、できるだけ早く病院などで受診してください。



京野菜 わくわくレシピ

小カブの簡単ポトフ

- ざいりょう (4人分)
- ★小カブ 一束
 - ★ウィンナーソーセージ 1袋 (180g)
 - ★水 1ℓ
 - ★コンソメスープの素 1個
 - ★白だし醤油 小さじ1
 - ★みりん 小さじ1
 - ★ゆず胡椒 少々
 - ★黒コショウ 少々

つくりかた

- ① 小カブは葉を切り離し、縦に4つ割にする。
- ② 葉は約5センチにそろえて切る。
- ③ 鍋に水と①とウィンナーソーセージとコンソメスープの素を入れ、あくを取りながら弱火でコトコト15分煮る。
- ④ カブが半透明になったら白だし醤油とみりんで味を調える(あとでゆず胡椒が入るので薄味でよい)。
- ⑤ ④に②を入れ5分煮て出来上がり。
- ⑥ 深めの器に汁ごと野菜を盛りつけ、仕上げにゆず胡椒を添え、黒コショウをふる。

☆冷めてもスープごとどうぞ。胃にやさしい一品です。

〈京野菜料理 ke-no〉

●第47回 京都市バレーボール祭
9月4日(日)、横大路グラウンドで第47回バレーボール祭(女子バレーボール)が行われ、100チームが熱戦を繰り広げました。

●その際、できれば咬みつけたクモの死がいを持参してください。
●問合せ 衛生課
☎432-1467

●乳幼児歯科相談 (予約制)
お子様のお口のごことで心配なこと、困ったことのある方はご利用ください。歯科医師、歯科衛生士がご相談してください。

●あなたのお骨はだいじょうぶ?
骨粗しょう症予防健康診査のお知らせ
骨粗しょう症は、骨の密度が低くスカスカになって

北区社会福祉協議会 FUNAOKA STANDARD 2011開催!!

さまざまな人たちが出会い、知りあい、ふれあえる福祉のまつりを目指して開催します。みなさんお誘いあわせのうえ、お気軽にお越しください。

日時 11月5日(土) 午前10時30分～午後3時
場所 船岡山公園(市バス「船岡山」下車)
内容
・ステージ(施設やボランティアによる歌や演奏など)
・模擬店(カレー、炊きこみごはん、おでん、肉まん、ジュースなど)
・自主製品販売(焼き菓子、豆腐、クッキー、ハーブ石けんなど)、バザー
・遊びのコーナー(工作など)
問合せ FUNAOKA STANDARD 2011実行委員会事務局：北区社会福祉協議会 ☎441-1900



昨年のステージの様子

●北区内では火災が大変増加しており、8月7日現在で既に昨年一年分の件数が発生しています。
●出火原因では、たばこ、電気コード、プラグ、こんろによるものが増加しています。
●北消防署・北消防団では、11月9日から15日まで「秋の火災予防運動」を実施し、北区民の皆様とともに、出火防止に取り組んでまいります。

●今一度、身の回りの火の元の点検をしていただき、しまったため、もろく折れやすくなる病気で、寝たきりの主な原因の一つであり、若い時期からの予防がとても大切です。自分の骨の状態を知り、予防を心がけましょう。
●北保健センターで実施する骨粗しょう症予防健康診査(予約制)では、医師・保健師・管理栄養士から丈夫な骨づくりのためのお話を聞くこともできます。
●対象者 18歳から70歳の方(妊娠中または妊娠の可能性のある方を除く)
●検査日・結果説明日ともに受診できる方
●検査内容
検査日：問診、身体計測、骨塩定量検査(X線撮影)

●北区内では火災が大変増加しています!
●「こんろからの火災に注意!」
・火を付けたままその場を離れない。
●「二口メモ」
寝たばこ火災や火を付けたままその場を離れた天ぷら鍋火災などは、重大な過失と認められる場合があります。火災保険金が支払われないこともあります。
問合せ 北消防署予防課 ☎491-4148



●結果説明日：結果説明、栄養・保健指導
費用 1000円
※免除制度があります。
●検査日 原則第1・3月曜日(祝日等の閉庁日を除く)
●結果説明日は次の検査日(約2週間後)となります。
●問合せ・予約
健康づくり推進課
成人保健・医療担当
☎432-1438

●次のごとくに注意ください。
○たばこ火災に注意!
・寝たばこは、絶対にしない。
○電気コード、プラグからの火災に注意!
・コードをタンスなどの下に敷いたままにしない。
○こんろからの火災に注意!
・火を付けたままその場を離れない。

●「二口メモ」
寝たばこ火災や火を付けたままその場を離れた天ぷら鍋火災などは、重大な過失と認められる場合があります。火災保険金が支払われないこともあります。
問合せ 北消防署予防課 ☎491-4148