

夏場の食中毒に気を付けましょう

気温や湿度が高くなる夏場は、食中毒が発生しやすくなります。「食中毒は飲食店で起こるもの」と思われがちですが、実際には家庭でも多く発生しています。「食中毒予防の3原則」を実践して、食中毒を予防しましょう。

食中毒予防の3原則

- ① **付けない** 食中毒菌を食べ物に付けないように、調理や食事の前には手を洗いましょう。
- ② **増やさない** 食べ物に付着した菌が増殖しないよう、冷蔵庫で適切に保存しましょう。
- ③ **やっつける** 食中毒菌は加熱により死滅します。中心部まで十分に加熱してから食べましょう。

お肉はしっかりと焼いて
食べましょう



新鮮かどうかにかかわらず、生や加熱不十分なものは食中毒を引き起こす危険性があります。お肉やレバーなどの内臓は、よく加熱して食べましょう。特に、子どもや高齢者など抵抗力が弱い人は注意しましょう。

また、バーベキューなどで肉を焼く際には、焼く箸（トング）と食べる箸は分けましょう。生の肉を触った後は、しっかりと手を洗いましょう。

問 保健所東部生活衛生課 ☎522・8728
（門司区・小倉北区・小倉南区）
保健所西部生活衛生課 ☎642・1818
（若松区・八幡東区・八幡西区・戸畑区）

「働く」を応援します

WEB系プログラマ・ DX人材育成プログラム「everiGo」

IT経験がなくても半年間でIT企業への就職を目指すプログラムです。9月16日～来年3月11日の週4回（1日4～5時間）、オンラインで、月2回程度（東京では期間中に3回程度の対面授業（※）あり。対失業者、非正規雇用労働者。定50人（北九州市枠40人、関東枠10人）。選考あり。料60000円（インターンシップ参加希望者は別に保険料が必要）。
申 8月17日までにeveriGoのホームページ（左記を読み取り）で。問 北九州市立大学ひびきのデータサイエンス教育推進室 ☎695・3832へ。



▲申はコチラから

お盆U・インターン企業交流会& 就職・移住相談会

U・インターンによる就職や移住に関するイベントを開催します。内容は、移住や転職に関する講演、企業との交流会、転職・移住に関する相談窓口など。帰省を利用して、参加しませんか。市内にお住まいの人も参加できます。8月13日（水）・14日（木）の13～17時、

担 産業経済局雇用・産業人材政策課 ☎582・2419
ATOMICA北九州（小倉北区京町三丁目、セントシティ7階）で。対求職者、学生（大学生・専門学校生）、保護者。申 8月12日までにネット。問 U・インターン等年間合同企業説明会運営事務局 ☎591・2030へ。

家族で考えるU・インターン就職セミナー

市内へのU・インターン就職を検討している人の家族を対象にセミナーを開催します。8月8日（金）13～15時、北九州市U・インターン応援オフィス（小倉駅北側、AIMビル2階）で。定20人。申 8月7日までに同オフィス ☎0120・0823・46（月～土曜日（祝日は除く）の10～18時）へ。

U・インターン応援プロジェクト

北九州市へのU・インターン就職希望者と市内企業をつなぐ取り組みです。利用登録を行うと、市内企業の求人情報を収集したり、専任のコンサルタントによるサポートを受けたりすることができま



▲利用登録は
コチラから

7月20日（日）は参議院議員通常選挙の投票日です

投票時間 7～20時

◎藍島市民サブセンター（小倉北区）の投票は7月18日（金）7～20時です。
◎平尾公民館（小倉南区）の投票は7月20日（日）7～19時です。
■期日前投票をご利用ください
け出をした人は、新しい住所地で。6月14日以後に転居の届け出をした人は、前の住所地で。
・市外から転入し、4月3日以後に届け出をした人は、前の住所地で。
※届出日によって投票の場所が異なりますので、詳しくは区選挙管理委員会にお問い合わせください。

場 所	投票できる人	日 程	時 間
住所地の区役所	それぞれの区 の有権者	7月4日(金)～19日(土)	8時30分～20時
住所地の出張所等 ※大里出張所は、門司体育館に変更			8時30分～17時 ※7月16日(水)～19日は一 部の投票所では19時まで
セントシティ10階	門司区・小倉北区 の有権者	【門司区】 7月15日(火)～19日(土) 【小倉北区】 7月13日(日)～19日(土)	10～19時
サンリブシティ小倉1階	小倉南区の有権者	7月15日(火)～19日(土)	
イオン若松ショッピング センター2階	若松区の有権者		
イオンモール八幡東1階	八幡東区の有権者	7月13日(日)～19日(土)	
イオン戸畑ショッピング センター2階	戸畑区の有権者		

※小倉北区馬島の有権者は、7月16日（水）12～15時に、馬島集会所でも期日前投票ができます。
※小倉北区藍島の有権者は、7月17日（木）まで期日前投票ができます。

投票できる人

選挙人名簿に登録された次の①②いずれにも該当する人です。

- ① 日本国籍を持ち、平成19年7月21日以前に生まれた人
- ② 令和7年4月2日以前から引き続き北九州市内に住所があり、住民基本台帳（住民票）に記載されている人

投票する場所

投票所入場整理券に記載されている投票所で投票してください。ただし、最近転居した人は、投票所が次のようになります。

・市内で転居した人のうち、6月13日以前に転居の届

投票所入場整理券は、公示日以後に一人1枚郵送します。届かなかったり、紛失したりした人も投票できます。本人であることを確認できるもの（マイナンバーカードや運転免許証など）を持って、投票所の係員にお申し出ください。

点字投票・代理投票

目の不自由な人は点字投票ができます。また、体が不自由などの理由で字を書くことができない人は、投票所の係員が代筆する代理投票ができます。投票の秘密は固く守られますので、お気軽に投票所の係員にお申し出ください。

投票支援カード

投票の際に、お手伝いが必要な人は、あらかじめ投票支援カードにご記入いただくとスムーズに投票できます。詳細は住所地の選挙管理委員会へ問を。

選挙公報の配布

候補者の氏名・経歴・政見などを掲載した選挙公報を、各世帯に配布します。届かない場合は、住所地の選挙管理委員会にご連絡ください。

問い合わせ先	選挙全般に関すること 市区の選挙管理委員会	入場整理券に関すること
北九州市	☎582・3071	—
門 司 区	☎331・1880	☎332・4484
小倉北区	☎582・3302	☎583・6108
小倉南区	☎951・4113	☎921・9264
若 松 区	☎761・5328	☎761・4261
八幡東区	☎671・2887	☎661・6185
八幡西区	☎642・1443	☎622・4890
戸 畑 区	☎871・3453	☎871・4010