

健

康

ふあみりー

# 市立休日急病診療所 (保健センター2階)

☎956-1000

## ■内科・小児科・歯科

診療日 : 日曜、祝日、年末年始(12月30日~1月3日)

診療時間: 10:00~12:00、13:00~16:00

## ■小児科の土曜・休日夜間診療(南河内北部広域小児急病診療事業)

診療日 : 土曜、日曜、祝日、年末年始(12月30日~1月3日)

診療時間: 18:00~22:00(受付は17:30~21:30)

毎月19日は食育の日



家族そろって食事をしましょう

※すべて申し込みは、健康増進課(保健センター)まで 電話もしくは来所にて受け付けております。定員になりしだい締め切ります。平成24年4/1~平成25年3月末の間は各種検診とも1人1回となります。 ☎: 956-1000 (※FAXでの申し込みはできません)

## ーがん検診のお知らせー

### あなたはもう受けましたか?

24年度のがん検診をまだ受けていない方はお早めに!

乳がん子宮がん検診は、2年に1回のチャンス!

はがきが届いている方はぜひ受診してください!

《集団検診》空きがわずかな日程もありますのでお電話にてお問合わせください

●胃がん・肺がん・大腸がん集団検診(対象40歳以上の市民)

1月分

2月分

3月分

日程	場所	日程	場所	日程	場所
18日(金)	陵南の森	15日(金)	保健センター	1日(金)	保健センター
23日(水)	保健センター	26日(水)	保健センター	14日(木)	保健センター
31日(木)	保健センター	27日(水)	石川プラザ		

1月21日(月)肺がん検診のみ追加になりました。

●乳がん・子宮がん集団検診

1月22日(水)と2月14日(木)は保健センターで、午後からは一時保育があります。ご希望の方は、予約時にお伝えください。3月11日(月)は石川プラザ。  
※今年度は、乳がんは40歳以上(昭和46年以前生まれ)子宮がんは20歳以上(平成4年以前生まれ)で、偶数年生まれの方が対象となります。また、6月下旬に無料クーポン券が届いている方も対象となります。

## ーメタボ対策入門講座ー

~「今の生活習慣や食習慣を変えたい!」と  
思われた方は、ぜひご参加ください~

日時: 1月24日(木) 13:30受付 14:00開始

講師: 羽曳野市医師会 加藤 治人 医師

定員: 30人 会場: 保健センター4階大会議室

※必ず事前申し込みが必要です。

## ー歯っぴーライフ教室ー

健康はお口から ~歯科講習・歯科健診付き~

対象: 65歳以上の市民の方

日時: 1月31日(木)

①13:00~ ②13:45~

場所: 保健センター

定員: 40人(定員に達したら締め切ります)

※必ず事前申し込みが必要です。

※H24年度に成人歯科健診をすでに受診された方は参加できません。



## ー骨密度測定と歯の健診ー

<対象者: 昭和26・31・36・41・46年生まれ>

(1) 骨密度測定と成人歯科健診 40人

(2) 骨密度測定のみ 60人

日程	場所	開始時間
2月7日(木)	保健センター	◆12:50
3月4日(月)		◆13:20 ◆13:50

<対象者: 健診時点で65歳以上の方>

① 骨密度測定と成人歯科健診 40人

② 骨密度測定のみ 60人

日程	場所	開始時間
1月21日(月)	保健センター	◆12:45
2月28日(木)		◆13:00 ◆13:45

①②は希望者のみ健康運動指導士による筋力アップトレーニング・転倒予防講習と歯科衛生士による口腔ケア講習付

※必ず事前申し込みが必要です。

たばこパイパイ



## 卒煙教室

~楽にスタート、楽しく卒煙~

禁煙チャレンジ回数が多いほど成功率も高くなります。専門医への紹介、保健師・栄養士のスタッフも応援します。

	日程	テーマ	内容
1回目	1月28日(月)	わかっちゃいるけど、やめられない	「健康チェックと二つの依存への対処」 スモーカーライザー測定など
2回目	2月4日(月)	よくがんばってるね	「体調の変化と身近で深刻な喫煙の影響」 スモーカーライザー測定など
3回目	2月25日(月)	ニコチンからの誘惑に負けないために	「再喫煙の防止と体重増加への対処」 スモーカーライザー測定など

会場: 保健センター4階大会議室(時間13:30~15:30) 対象: 概ね40歳以上の現在喫煙者  
問合せ・申込: 健康増進課へ(定員30人で先着順です。お早めにお申し込みください)

定期健康相談・栄養相談のお知らせ◆1月11日(金)・25日(金) 要予約 ~上記日程以外でも随時受付しています。健康増進課までご連絡ください~

# お母さんと乳幼児

## 予防接種

※予防接種を受ける前に必ず予防接種手帳をよく読み、接種ワクチンの内容を理解した上で受けるようにしてください。  
 ※対象年齢・接種間隔および回数・実施医療機関などについては「平成24年度健康だより」をご覧ください。

## 健康診査 (会場:保健センター)

※対象児に個別通知します。健診日の1週間前までに個別通知が届いていない方は、健康増進課(保健センター)までご連絡ください。

種類	日程	対象児
4カ月児健康診査 (金曜日実施)	1月11日	平成24年9月1日~15日生まれ
	1月25日	平成24年9月16日~30日生まれ
	2月8日、22日	平成24年10月生まれ
1歳6カ月児健康診査 (火、水曜日実施)	1月29日、30日	平成23年6月生まれ
	2月19日、20日	平成23年7月生まれ
2歳6カ月児健康診査 (火、水曜日実施)	1月15日、16日	平成22年7月生まれ
	2月12日、13日	平成22年8月生まれ
3歳6カ月児健康診査 (火、水曜日実施)	1月8日、9日	平成21年7月生まれ
	2月5日、6日	平成21年8月生まれ

## 集団接種

予防接種	日時	場所
BCG	1月	保健センター 3階
	11日(金) 25日(金)	

持物: 母子健康手帳 (必ず必要です)

予診票は4カ月児健診のご案内と一緒に送付しています  
 ※4カ月児健康診査をすでに受け、BCGを接種していないお父さんは健康増進課に電話し予約の上、受付時間13:20にお越しください。

## 個別接種【各医療機関に直接電話で予約】

持物: 母子健康手帳 (必ず必要です)・予診票 (お持ちでない方は、母子健康手帳を持って健康増進課まで取りに来てください。)

### 予防接種の種類

百日咳ジフテリア破傷風(DPT)第1期  
 百日咳ジフテリア破傷風不活化ポリオ混合(4種混合)第1期  
 ジフテリア破傷風混合(DT)第2期/不活化ポリオワクチン  
 麻しん風しん混合(MR)第1・2・3・4期/日本脳炎第1・2期

## ☆4種混合ワクチンの接種がはじまりました

従来の百日咳ジフテリア破傷風混合(DPT)ワクチンと不活化ポリオワクチンが1つになり、4種混合ワクチンとして11月1日から導入されました。

■対象年齢は生後3カ月から90カ月(7歳6カ月)未満です。  
 ■接種回数は?  
 初回接種: 20日から56日までの間隔を置いて3回接種  
 追加接種: 望ましいのは、初回接種終了後1年から1年半経過後に1回接種

(ただし、初回接種終了後6カ月以上たてば接種できます)  
 ■予診票は実施医療機関および保健センターにあります。  
 ■実施医療機関は「平成24年度健康だより」のこどもの予防接種を実施している医療機関です。  
 ※ただし、ますだ整形外科クリニック・殖生診療所・仲谷クリニックは4種混合ワクチンの予防接種は行っておりません。  
 ※詳しくはウェブサイトまたは健康増進課までお問い合わせください。

## 不活化ポリオワクチンの追加接種がはじまりました

不活化ポリオワクチンの4回目となる追加接種について有効性と安全性が確認されたため、平成24年11月1日から接種できるようになりました。

## ◆ことばの相談(予約制)◆

こどもの発音・吃音・言葉の遅れなどについて相談をお受けします。

## ◆マタニティスクール(定員30人)◆会場:保健センター

(1月コース) 1月10日(木)、17日(木)、20日(日)、31日(木)  
 (3月コース) 3月7日(木)、14日(木)、17日(日)、28日(木)  
 ※13:00~15:30(4日間で1コース)日曜のみ9:30~12:00

## ◆マタニティクッキング(定員15人)◆

日時: 2月18日(月) 10:30~13:00

対象: 初産婦の方 会場: 保健センター3階栄養指導室

持物: 母子健康手帳・エプロン・ふきん2枚

おなかの赤ちゃんがすこやかに育つためには、ママのお食事が大切です。鉄分・カルシウムが豊富、塩分控えめなメニューなどを、体験実習をしながら、お食事の不安を解消しましょう。

※マタニティスクールと一緒に申し込めます。

## ◆離乳食講習会(保育あり 定員15人)◆

日時: 1月18日(金)、2月15日(金)のいずれか1日 13:00~15:00

対象: 4カ月健診受診後から10カ月までの乳児の保護者(第1子優先)

会場: 保健センター3階栄養指導室

## 麻しん風しん混合(MR)の予防接種はお済ですか?

第2期・第3期・第4期の接種期間は平成25年3月31日までです。接種期間を過ぎてしまうと約1万円かかります。まだの方は早めに接種してください。

予診票を紛失された方は、保健センターまで取りに来てください。

## 藤井寺保健所

藤井寺市藤井寺1-8-36

☎955-4181

HIV即日検査(抗体検査) <small>※梅毒・クラミジア検査も実施しています</small>	水 [匿名可]	9:30~10:30
肝炎ウイルス検査(無料)	2 4 水 予	13:30~14:30
こころの健康相談 <small>(精神医療、精神障害者福祉など相談可)</small>	予	こころの病気、ひきこもり・アルコール依存症など
ひきこもり家族学習会 精神障がい者家族教室	不定期開催[要事前相談]	
医療機関に関する相談	月 火 水 木 金	9:15~12:15 13:00~16:00

※いずれも土、日、祝日、年末年始(12/29~1/3)は除く

表の見方 ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

表の見方 ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿	生活衛生室 ☎952-6165
飲用水・井戸水検査・浄化槽放流水・プール水・浴槽水検査	予 有 依頼の際はお問い合わせください。
腸内細菌検査	月 火 水 有 9:30~12:00
寄生虫卵検査	月 火 水 木 有 9:30~12:00
室内のホルムアルデヒド、VOC測定	予 有 依頼の際はお問い合わせください。
飼えなくなった犬の引取	月 水 9:15~12:00 13:00~17:30 持 印鑑 有

<http://www.pref.osaka.jp/fujiiderahoken/>