

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時~12時、午後1時~午後4時

■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: 午後6時~午後10時(受付は午後5時30分~9時30分)



※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 ☎: 956-1000 (※FAXでの申し込みはできません)

集団検診 がん検診のお知らせ

胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がん
10月・11月の検診は現在受付中!

※詳細は平成23年度健康だよりをご覧ください。

ピンクリボン(乳がん撲滅)月間

最近では、日本女性の16人に1人が乳がんにかかるといわれています。しかし、乳がんは早期に発見し治療すれば治る確率の高いがんです。受診券の届いた方・無料クーポン券の届いている方は今年が受診チャンスです。早めに予約して検診を受けましょう!

乳房へのチェックポイント

1. 乳房やわきの下にしこりはないか
2. へこみやひきつれなど変化がないか
3. 乳頭からの分泌液はないか
4. 乳頭にただれや皮膚に変化はないか

大腸がん検診クーポン券送付

がん検診推進事業として、対象者の方へ「大腸がん検診クーポン券」を発送しています。(9月下旬より順次)

各医療機関か集団検診で受診できます。

詳しくは、送付された案内をご覧ください。

無料 まだ検診を受けていない方
ぜひこの機会に受診しましょう!!

◆対象者

昭和45年4月2日~昭和46年4月1日 生まれの方
 昭和40年4月2日~昭和41年4月1日 生まれの方
 昭和35年4月2日~昭和36年4月1日 生まれの方
 昭和30年4月2日~昭和31年4月1日 生まれの方
 昭和25年4月2日~昭和26年4月1日 生まれの方

※ただし、平成23年4月20日現在で羽曳野市民

※対象の方で届いていない方はご連絡ください。

ーウォーキング講座ー

日時: 11月17日(木) 10:00~12:00 (受付9:30)

場所: 峰塚公園 定員: 30人

(集合場所: 峰塚公園噴水前)

対象: 市民でウォーキングに興味のある方
(ただし運動制限のない方)

持物: 動きやすい服装・運動靴・水分・帽子

申込: 健康増進課(保健センター)へ

雨天時は保健センター2階でウォーキング講座を行ないます。



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: 10月3日(月) 13:30 受付 14:00 開始

講師: 羽曳野市医師会 貴志 敏夫 医師

定員: 30人

会場: 保健センター4階大会議室

申込: 健康増進課(保健センター)へ

※必ず事前の申し込みが必要です。

ー骨密度測定と歯の健診ー

<対象者: 昭和25・30・35・40・45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
11月1日(火)	保健センター	◆12:50 ◆13:20 ◆13:50 ◆14:20
12月2日(金)		
2月2日(木)		
3月5日(月)		

<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
10月24日(月)	保健センター	◆12:30 ◆13:15 ◆14:00
11月24日(木)	保健センター	
12月22日(木)	保健センター	
1月19日(木)	はびきのコロセアム	
2月29日(火)	保健センター	

(①②いずれも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)

定期健康相談・栄養相談のお知らせ◆10月24日(月) 午前中 ※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

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)	10月7日	平成23年6月1日~16日生まれ
	10月28日	平成23年6月17日~30日生まれ
	11月11日、25日	平成23年7月生まれ
1歳6カ月児健康診査 (火、水曜日実施)	10月25日、26日	平成22年3月生まれ
	11月29日、30日	平成22年4月生まれ
2歳6カ月児健康診査 (火、水曜日実施)	10月18日、19日	平成21年4月生まれ
	11月15日、16日	平成21年5月生まれ
3歳6カ月児健康診査 (火、水曜日実施)	10月4日、5日	平成20年4月生まれ
	11月8日、9日	平成20年5月生まれ

◆離乳食講習会(保育あり 定員15人)◆

普通の食事からとりわけてする離乳食を作って、1回量や、やわらかさの確認をしてみませんか? ママ友同士の交流にもなっています。保育は限りがあるので、早めに申し込みください。

日時: 10月12日(木)、11月18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

受講費: 無料 会場: 保健センター3階栄養指導室

◆幼児食講習会(保育あり 定員15人)◆

好き嫌い、遊び食い、ムラ食い、小食...お子さんのお食事は困ることが多いですね。この教室では幼児のおやつやおかずを作ったり、話を聞きながら悩みを解決しましょう!

日時: 10月31日(月) 13:00~15:00

対象: 5歳までの幼児の保護者 受講費: 無料

会場: 保健センター3階栄養指導室

◆マタニティクッキング(定員15人)◆

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。鉄分・カルシウムが豊富、塩分控えめなメニューなど、体験実習をしながら、お食事の不安を解消しましょう。

日時: 11月14日(月) 13:30~15:00

対象: 初産婦の方 受講費: 無料

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

◆マタニティスクール(定員30人)◆ 会場: 保健センター(11月コース) 11月10日(木)、17日(木)、20日(日)、24日(木)

出産予定日の近いお母さんたちの交流や、妊娠中の素朴な疑問や質問などの相談ができます。お電話でお申し込みください。

※ 13:00~15:30(4日間で1コース)

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・実施医療機関等については「平成23年度健康だより」をご覧ください。

集団接種(受付時間: 13:30~14:30)

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、各会場に置いてあります。)

予防接種	日時	場所
ポリオ	10月 21日(金)	MOMOプラザ
	24日(月)	陵南の森
	27日(木)	保健センター
BCG	10月 7日(金)	保健センター 3階
	28日(金)	

※ BCGの予診票は4カ月児健康診査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子さんは健康増進課(保健センター)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
ジフテリア破傷風混合(DT)第2期
麻しん風しん混合(MR)第1・2・3・4期
日本脳炎 第1期・第2期

~高齢者のインフルエンザ予防接種のご案内~

対象者: ①羽曳野市民で接種時に65歳以上の方

②60歳以上65歳未満の羽曳野市民の方で心臓、腎臓、呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能、以上のいずれかの障がい(有)し、その障がい(有)が身体障がい者手帳1級の方、もしくはそれと同等であると医師の診断がなされた方(持病のある方は主治医の承諾を得てください。)

期間: 10月20日(木)~12月末日

費用: 自己負担金1,000円

※生活保護を受けている方は「生活保護受給証明書」があれば自己負担金が免除されます。

持物: 住所・年齢の確認できる物(健康保険証など)

申込: 医療機関へ直接、お問い合わせください

実施医療機関: 市内の指定医療機関(平成23年度健康だよりをご覧ください)

※藤井寺市、松原市、富田林市、太子町の指定医療機関でも接種していただけます。

かかりつけ医が上記の市町にある方は医療機関で直接お問い合わせください。

※長期入院、施設入所などで実施医療機関で接種できない方は、接種前に事前に健康増進課(保健センター)へお問い合わせください。

子宮頸がん予防ワクチン接種費用助成事業について

現在、子宮頸がん予防ワクチンに「サーバリックス」を使用されていますが9月15日から「ガーダシル」も子宮頸がん予防ワクチンとして公費助成の対象になりました。

接種回数は3回です。(3回接種しないと十分な効果は得られません)すでに「サーバリックス」で1回でも接種された方は必ず「サーバリックス」で残りの回数を接種してください。

藤井寺保健所からのお知らせ

大阪府藤井寺保健所

藤井寺市藤井寺1-8-36(代表) 955-4181
<http://www.pref.osaka.jp/fujiderahoken/>

☎955-4181

表の見方 ④水 第4水曜日 有 有料 持 持参物 予 予約必要 ☎952-6165

HIV即日検査(抗体検査) <small>(希望により梅毒、クラミジア検査が受けられます)</small>	水 「匿名可」 9:30~10:30
肝炎ウイルス検査(無料)	②④水予 13:30~14:30
こころの健康相談 <small>(精神科医・精神保健福祉士等が対応いたします)</small>	予 こころの病気、ひきこもり認知症、アルコール依存症など「ひきこもり家族交流会」と「精神障がい者家族教室」などを開催
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、年末年始は除く

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 受付日時は、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 受付日時は、お問い合わせください。
飼えなくなった犬の引取	月水 9:30~12:00 13:00~17:00 持 印鑑 有

※松原からの電話は、市外局番からお願いします。