

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)



※すべて申し込みは電話もしくは来所にて受け付けております。
☎:956-1000 (※FAXでの申し込みはできません)

平成24年度がん検診のお知らせ

〈集団検診〉4～6月分は3月から受付中です。

すでに定員に達した日程もあります。

☆胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・子宮がん

*詳細は平成24年度健康だよりをご覧ください。

【乳がん・子宮がん検診の受診券(ピンクはがき)について】

・乳がん40歳以上、子宮がん20歳以上で、平成、昭和の偶数年生まれの方に3月に受診券を送付しています。検診の際必ず持参ください。まだ受診券が届いていない方は、保健センターに連絡ください。

・H24.3/1以降に転入された方は、保健センターに連絡いただければ、受診券を発送させていただきます。

一骨密度測定と歯の健診一

〈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
5月14日(月)	保健センター ※事前申込必要	◆12:50
7月9日(月)		◆13:20
9月7日(金)		◆13:50

意外と知らない!

News

大人のための歯みがき教室

☆適切なみがき方の実習

☆自分の動く歯周病菌が見れる

☆小顔効果バツグンのお口の体操もします



日 時：6月7日(木) 13:30～15:00 (13:00受付)

対 象：概ね40歳以上の市民 定 員：20人

会 場：保健センター2階 費 用：無料

☆栄養士・保健師による健康相談のお知らせ

5/7(月)・5/21(月)・6/1(金)

※予約制：健康増進課までご連絡ください。

一メタボ対策入門講座一

～「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：5月28日(月) 13:30受付 14:00開始

講 師：貴志 敏夫 医師

定 員：30人 会 場：保健センター4階大会議室

※事前に申し込みが必要です。

一ウォーキング講座一 (※事前申込必要)

日 時：5月17日(木) 峰塚公園(集合場所：公園噴水前)

10:00～12:00 (9:30受付)

対 象：ウォーキングに興味のある方で運動制限のない方

持 物：動きやすい服装・運動靴・飲み物・帽子

一バランスアップ教室一

～野菜のとり方や1日の食事量を学べます～

生活習慣病の予防について、特に食事に重点を置き、講義・体験実習を交えて楽しく学べます。

日 時：6月6日(水) 10:00～13:00 (9:30受付)

対 象：40歳以上の市民 定 員：24人

会 場：保健センター3階栄養指導室

申 込：健康増進課(保健センター)へ

キャロット教室

食生活改善推進員を養成します!

(食育をすすめるボランティアの養成)



対 象：食事に興味があり市民でボランティア活動に興味がある方

受講料：無料 定 員：20人(5回とも出席できる方)

日程	内容
1 6月18日(月)	開講式・食品衛生について
2 6月21日(木)	調理実習「ヘルシークッキング」
3 6月22日(金)	運動の講義と実技・年代別食育
4 6月25日(月)	調理実習「こどものおやつについて」
5 7月2日(月)	メタボ予防について・修了式

①③⑤は13:30～16:30まで。②④は10:30～13:30まで。※内容は変わることがあります。

禁煙 を考えてみませんか?



5月31日は世界禁煙デー・5月31日～6月6日は禁煙週間です。5月21日・6月1日は健康相談でスモーカーライザー測定・禁煙相談もしています!。

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)	5月11日	平成24年1月1日~16日生まれ
	5月25日	平成24年1月17日~31日生まれ
	6月15日、29日	平成24年2月生まれ
1歳6カ月児健康診査 (火、水曜日実施)	5月29日、30日	平成22年10月生まれ
	6月26日、27日	平成22年11月生まれ
2歳6カ月児健康診査 (火、水曜日実施)	5月15日、16日	平成21年11月生まれ
	6月12日、13日	平成21年12月生まれ
3歳6カ月児健康診査 (火、水曜日実施)	5月8日、9日	平成20年11月生まれ
	6月5日、6日	平成20年12月生まれ

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24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	6月 21日(休)	石川プラザ
	25日(月)	陵南の森
	28日(木)	保健センター
BCG	5月 11日(金)	保健センター 3階
	25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

☆平成24年4月に麻しん風しん混合 (MR) 2期・3期・4期、ジフテリア破傷風混合 (DT) 2期の個別通知を郵送しました。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

離乳食講習会 (定員15人) (第1子優先)

日時: 5月18日(金)または6月14日(木) 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
費用: 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)

日時: 6月4日(月) 10時30分~13時30分
対象: 初産婦 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と同時に申込可能



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)

日時: <7月コース> 7月5日(木)、12日(木)、22日(日)、26日(木)
13:00 ~ 15:30 ※日曜日は9:30 ~ 12:00

新生児訪問について

健康増進課(保健センター)では、第1子出産のご家庭に助産師などが家庭訪問させていただき、赤ちゃんの体重や母乳などの心配事や、お母さんの体調についての相談を行っています。赤ちゃんが誕生されたら、母子健康手帳別冊の綴じ込みの新生児訪問はがきを送付してください。



麻しん風しん混合 (MR) 予防接種を受けましょう

麻しん(はしか)は、麻しんウイルスにより空気感染する病気で、例年、春から夏にかけて流行します。最近の流行では、予防接種を1回しか受けていない10代~20代の方が、学校などで麻しんに感染し、大きな問題になっています。対象の方は、自分の健康を守るため、早めに予防接種を受けましょう。

- 1歳のお子様 (MR1期)
接種期間: 1歳の誕生日から2歳の誕生日の前日まで
- 小学校入学前年度の方 (MR2期)、○中学1年生の方 (MR3期)
- 高校3年生の方 (MR4期)
※すでに高校2年生で接種された方は対象外となります。
接種期間: 平成24年4月1日~平成25年3月末日までになりますので注意してください。

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/>

表の見方 ④水 第4水曜日 有 有料 持 持持物 予 予約必要 ☎955-4181

生活衛生室 ☎952-6165

HIV即日検査(抗体検査) (希望により梅毒、クラミジア検査が受けられます)	水 [匿名可] 9:30~10:30	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。
肝炎ウイルス検査(無料)	②④水 予 13:30~14:30	腸内細菌検査	月 火 水 有 9:30~12:00
こころの健康相談 (精神科医、精神保健福祉士等が相談いたします)	予 こころの病気、ひきこもり、アルコール依存症など [ひきこもり家族交流会]と[精神障がい者家族教室]などを開催	寄生虫卵検査	月 火 水 木 有 9:30~12:00
医療機関に関する相談	月 火 水 木 金 9:15~12:15 13:00~16:00	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

※いずれも土、日、祝日、年末年始は除く

※松原からの電話は、市外局番からお願いします。