

# 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 電話: 956-1000 (FAXでの申し込みはできません)

## 一がん検診のお知らせ一

●胃がん・肺がん・大腸がん集団検診(40歳以上の市民)

●子宮頸がん検診(受診券・クーポン対象の市民)

12月・1月・2月の検診は11月10日より受付がはじまっていますので、空き状況などは健康増進課へお問い合わせください。

## 乳がん検診受けましたか?

2月になるとご希望の医療機関での予約が取れない場合があります。受診券などをお持ちの方で、まだ検診を済まされていない方は、早めに検診のご予約をお取りください。

医療機関により検診曜日、時間など特徴があります。混雑しない間に、検診を受けるようにしましょう!

【実施医療機関】	電話番号
城山病院	072-958-1000
藤本病院(夜間検診有)	072-958-5566
あべの松井クリニック (月・火・木・金・土/夜間検診有)	06-6647-2223
すずかけの木クリニック (月~土/夜間検診有/女性医師)	06-6626-2110

※検診の際、必ず、受診券などをお持ちください。

## 一骨密度測定と歯の健診一

今年度は残すところあと3回になりました。お見逃しなく!

A: 昭和24・29・34・39・44生

①骨・歯コース(骨密度測定と成人歯科健診)

②骨のみコース(骨密度測定)

日程	場所	受付時間
12月3日(金)	保健センター	◆12:50 ◆13:20 ◆13:50 ◆14:20
2月17日(休)		
3月4日(金)		

B: 65歳以上

①骨密度測定と歯科健診コース

②骨密度測定コース

日程	場所	受付時間
12月9日(休)	保健センター	◆12:30 ◆13:10
2月28日(月)		
3月18日(金)	陵南の森	◆13:50

※必ず事前に健康増進課にお申し込みください。

## 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: 平成23年1月21日(金) 13:30 受付 14:00 開始  
講 師: 羽曳野市医師会 寺田 道男 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。

たばこパイパイ



## 卒煙教室

~薬にスタート、楽しく卒煙~

専門医への紹介、保健師・栄養士のスタッフも応援します。  
みんな一緒にあかるくタバコをやめましょう!

	日 程	テ ー マ	内 容
1回目	平成23年1月17日(月)	わかっちゃいるけど、やめられない	・呼気一酸化炭素測定 ・尿中ニコチン代謝物濃度測定 「健康チェックと二つの依存への対処」
2回目	平成23年1月24日(月)	よくがんばってるね	・呼気一酸化炭素測定 「体調の変化と身近で深刻な喫煙の影響」
3回目	平成23年2月21日(月)	ニコチンからの誘惑に負けないために	・呼気一酸化炭素測定 ・尿中ニコチン代謝物濃度測定 「再喫煙の防止と体重増加への対処」

会場: 保健センター4階大会議室(時間 13:30 ~ 15:30)

問合せ・申込: 健康増進課へ(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◆12月13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2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)	12月10日	平成22年8月1日~15日生まれ
	12月24日	平成22年8月16日~31日生まれ
	1月14日、28日	平成22年9月生まれ
1歳6カ月児健康診査 (火、水曜日実施)	12月21日、22日	平成21年5月生まれ
	1月25日、26日	平成21年6月生まれ
2歳6カ月児健康診査 (火、水曜日実施)	12月14日、15日	平成20年6月生まれ
	1月18日、19日	平成20年7月生まれ
3歳6カ月児健康診査 (火、水曜日実施)	12月7日、8日	平成19年6月生まれ
	1月11日、12日	平成19年7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22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)

持ち物: 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	12月 13日(月)	陵南の森
	12月 16日(木)	石川プラザ
	12月 17日(金)	保健センター
BCG <small>4カ月児健診 と同日実施</small>	12月 10日(金)	保健センター3階
	12月 24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】

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

持ち物: 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。)

### インフルエンザを予防しましょう!

- 【流行時期と症状】**  
①毎年ほぼ12月~1月がピークです  
②一般的に風邪よりも強い症状が出やすく、高熱が出ます
- 【予防方法】**  
①外出後は必ず、うがい・手洗いを心がけましょう  
②外出は、なるべく人ごみを避けましょう。マスクの着用をお勧めします
- 【もしも、かかったら・・・】**  
①早めにかかりつけ医に受診しましょう ②しっかり休養し、安静にしましょう  
③水分を十分に摂り、消化の良いものを食べましょう  
④感染防止のため、外出は控え、マスクを着用しましょう

### ◆離乳食講習会 (保育あり 定員 15人)◆

日時: 平成23年1月20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(第1子優先)  
受講費: 無料 会場: 保健センター3階栄養指導室

### ◆マタニティスクール (定員 30人) ◆ ※4日間で1コース

日時: 1月13日(木)、20日(木)、23日(日)、27日(木) 13:00 ~ 15:30

### ◆ことばの相談 (予約制) ◆

こどもの発音・吃音(どもり)・言葉の遅れなどについて相談をお受けします。

### 日本脳炎予防接種について

- ①日本脳炎2期(9歳~13歳未満)への接種が可能になりました。  
②平成17年5月30日~平成22年3月31日までの接種勧奨差し控えにより、第1期定期接種を受けなかった方で、9歳~13歳未満の方は第1期分を接種出来るようになりました。  
※上記の①・②にあてはまる方で接種を希望される方は、母子手帳を持って健康増進課(保健センター)まで予診票を取りに来てください。

## ~インフルエンザ予防接種助成事業のご案内~

《対象》「生活保護受給世帯」「市民税非課税世帯(世帯の中で1人でも課税の方がおられる場合は対象になりません)」

### 《助成制度の概要》

羽曳野市・藤井寺市・松原市・太子町・富田林市(65歳以上の方のみ)の契約医療機関にて助成対象者である証明書を持参し、接種すると無料になります。(上記以外の医療機関で接種される場合は、還付手続きが必要となります)

### 《証明書申請について》

住所と年齢が確認できる物(健康保険証・運転免許証など)をご持参の上、下記の申請窓口にお越しください。代理申請は委任状が必要な場合があります。

□市民税非課税世帯... 保健センター3階の特設窓口で「インフルエンザ接種助成対象者証明書」の交付を受けてください。

□生活保護受給世帯... 福祉総務課で「生活保護受給証明書」の交付を受けてください。

### 《還付手続きについて》

接種された方の領収書、接種済証(医療機関発行)、印鑑、振り込み先口座がわかる物、住所と年齢が確認できる物(健康保険証・運転免許証など)を持参の上、保健センター3階の特設窓口にお越しください。

問合せ: 健康増進課 ☎ 956-1000 まで

## 藤井寺保健所のお知らせ

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/fujiiderahoken/

☎955-4181

表の見方 ④水 第4水曜日 ⑤有 有料 ⑥持 持参物 ⑦予 予約必要 ☎952-6165

HIV抗原・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」13:30~15:00	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 9:30~10:00	腸内細菌検査	月 火 水 有 9:30~12:00
こころの健康相談 <small>(精神科医、精神保健福祉士等が相談いたします)</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	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。