

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

あなたとあなたの家族のために 受けましょう、がん検診。

胃・肺・大腸・
子宮は無料で
受けられます。

〈集団検診〉8~9月分は電話および保健センター2階窓口で受付中(定員になりしだい締切)。詳しくは健康だよりやウェブサイトで!

乳がん・子宮がん集団検診

※乳がん40歳以上、子宮がん20歳以上で受診券をお持ちの方

8月	◆25日(月)	保健センター
9月	25日(木)	コロセアム

胃がん・肺がん・大腸がん 集団検診 (40歳以上の市民)

8月	7日(木)	保健センター
	19日(火)	陵南の森
9月	5日(金)	保健センター
	8日(月)	保健センター
	28日(日)	市役所A棟
	30日(火)	保健センター

◆は午後から一時保育あり。予約時に申し出てください。

※乳がん検診空きわずかです。

※平成26年度の対象は、乳がんは40歳以上(昭和48年以前の生まれ)子宮がんは20歳以上(平成6年以前の生まれ)で、偶数年生まれの方。

※受診には受診券(ピンク色のはがき)が必要です。

大腸がん・乳がん・子宮頸がん検診の無料クーポン券 (今年度より対象年齢変更)

子宮頸がん	平成5年4月2日~平成6年4月1日生
乳がん	昭和48年4月2日~昭和49年4月1日生
大腸がん	昭和48年4月2日~昭和49年4月1日生
	昭和43年4月2日~昭和44年4月1日生
	昭和38年4月2日~昭和39年4月1日生
	昭和33年4月2日~昭和34年4月1日生
	昭和28年4月2日~昭和29年4月1日生

・対象の方には無料クーポン券を発送しました。まだ手元に届いていない方は、健康増進課へご連絡ください。

※乳がん検診の無料クーポン券対象の方で、すでに羽曳野市の乳がん検診を受診し、自己負担金1,000円を支払われた方は、健康増進課(保健センター)へお問い合わせください。

※無料クーポン券と受診券(はがき)と両方届いている方も、検診は1年に1回となります。

バランスアップ教室 (※事前申込・40歳以上)

野菜のとりの方や1日の食事を学べます。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。お昼に試食あります!

日時 9月3日(水)・11月5日(水) 10:00~13:00

定員 25人 会場 保健センター3階 栄養指導室

8月22日(金) 9:00より9月からの予約受付開始

骨コツ・歯ピ力健診

〈対象者：昭和28・33・38・43・48年生まれ〉

- ・骨密度測定と成人歯科健診 40人
- ・骨密度測定のみ 60人

8/22(金)から受付開始	受付中	8月21日(木)	保健センター
		9月24日(水)	
		10月24日(金)	
		11月17日(月)	
		1月16日(金)	

骨・歯セット教室

〈対象者：健診時点で65歳以上の方〉

- ・骨密度測定と成人歯科健診 40人
- ・骨密度測定のみ 60人

8/22(金)から受付開始	受付中	8月28日(木)	陵南の森
		10月1日(水)	保健センター
		12月5日(金)	コロセアム
		1月29日(木)	保健センター
		2月20日(金)	保健センター

大人のための歯みがき教室 (※事前申込・40歳以上)

自分のお口の歯周菌をみていただき、適切な歯磨きの実習など行います。(定員になりしだい締切)

日時 9月11日(木) 13:00~

会場 保健センター ※参加費無料

対象 65歳以上で今年まだ歯科健診を受けていない方

自宅で簡単 すこやかトレーニング (※事前申込)

日時 8月27日(水) 10:00~12:00 (9:30受付)

場所 陵南の森総合センター

対象 運動制限のない方

持物 水分・タオル

ウォーキング講座 (※事前申込)

日時 9月19日(金) 10:00~12:00 (9:30受付)

場所 食とみどり技術センター (雨天時:保健センター)

対象 運動制限がなく、ウォーキングに興味の方

持物 水分・帽子・タオル

定期健康相談・栄養相談のお知らせ (※要予約)

日時 8月4日(月)・18日(月)

※上記の日程以外でも随時受付しています。

※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切切ります。平成26年4月~平成27年3月末の間は各種検診・歯の健診とも1人1回となります。 ☎956-1000 (※FAXでの申し込みはできません)

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)	8月8日	平成26年4月1日~14日生まれ
	8月29日	平成26年4月15日~30日生まれ
	9月12日、9月26日	平成26年5月生まれ
1歳6カ月児健康診査 (火、水曜日実施)	8月26日、27日	平成25年1月生まれ
	9月16日、17日	平成25年2月生まれ
2歳6カ月児健康診査 (火、水曜日実施)	8月19日、20日	平成24年2月生まれ
	9月9日、10日	平成24年3月生まれ
3歳6カ月児健康診査 (火、水曜日実施)	8月5日、6日	平成23年2月生まれ
	9月2日、3日	平成23年3月生まれ

※予防接種(集団) BCG接種は4カ月児健康診査と同日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)に電話予約の上、受付時間13:20にお越しください。

※予防接種(個別) 各医療機関に直接電話で予約H26年度健康だよりをご覧ください。

ジフテリア・破傷風2種混合ワクチン(DT)の予防接種はお済ですか?

11歳~12歳時に接種を1回行います。接種し忘れに注意してください。なお、今年度小学6年生には、4月に予診票を送付しています。予診票を紛失された方は、健康増進課まで取りに来てください。

離乳食講習会 (保育あり・先着15人・無料)

日時 8月22日(金)・9月19日(金)

のいずれか1日 13:00~15:00

対象 4カ月児健康診査受診後から10カ月までの乳児の保護者(講習会の対象となるお子様のみ保育対象)

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20人)

●9月コース/4日(木)、18日(木)、21日(日)、25日(木)

13:00~15:30 日曜日のみ:9:30~12:00

※4日間で1コース

ことばの相談(予約制・子ども)

発音・吃音・言葉の遅れなどについて相談をお受けします。

忘れていませんか!乳児後期健診

時期:9カ月から1歳のお誕生日の前日まで

(お誕生日以降は受診できません)

平成25年9月以前の生まれの方は、4カ月児健康診査にて受診票をお渡ししています。

平成25年10月以降の生まれの方は、9カ月になる前に受診票を郵送しています。

転入・紛失などで手元に受診票がない方は、健康増進課までご連絡ください。

体も心も成長の目ざましいこの時期に、健康診査を受けましょう!

気をつけよう!夏のトラブル ~夏かぜについて~

	手足口病	ヘルパンギーナ	プール熱
症状	<ul style="list-style-type: none"> ●手のひら、足の裏、口の中に米粒くらいの水疱ができる ●痛みはないが、口の中の水疱がつぶれると痛む ●熱は出ないことが多く、出ても高熱にはならない ●発疹は1週間ほどで消える 	<ul style="list-style-type: none"> ●急に39℃前後の高熱が出る ●口の中、のどの上の部分に小さな水疱がたくさんでき、その周辺が赤くなる ●水疱がつぶれ痛みがでて食事ができなくなる ●熱は3~4日で下がる ●のどの痛みは1週間ほど 	<ul style="list-style-type: none"> ●高熱が4~5日続く ●のどが真っ赤に腫れ、痛む ●眼が充血し、目やにができる ●下痢や腹痛を伴うこともある ●1週間ほどで治る
ケア	<ul style="list-style-type: none"> ●食事は薄味にして、のどごしのよいものにする ●食後は水や麦茶を飲ませて口の中を清潔にしておく 	<ul style="list-style-type: none"> ●高熱と痛みで不機嫌になり食事を嫌がるので半流動食にする ●水分補給をこまめにする 	<ul style="list-style-type: none"> ●目やには病院で処方された目薬を使う ●タオルなどは共用しない ●下痢があるときは脱水症に気をつけ、水分補給をこまめにする

藤井寺保健所

藤井寺市藤井寺1-8-36

☎955-4181

※いずれも土、日、祝日は除く

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

HIV即日検査(抗体検査)	水 [匿名可]	9:30~10:30
肝炎ウイルス検査	②④水予	13:30~14:30
風しん抗体検査	②④水予	13:30~14:30
こころの健康相談 (精神科・医療相談担当者など相談可)	予	こころの病気、ひきこもり・アルコール依存症など
医療機関に関する相談	月火水木金	9:15~12:15 13:00~16:00

水質検査(飲用水・井戸水・遊泳場水・浴槽水)	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・猫の引き取り窓口は、大阪府動物管理指導所藤井寺分室(電話937-1101)です。要事前相談。引取時間(月)(水)9:30~12:00、有料、要印鑑。		