

健康

ふあみりー

市立休日急病診療所 ☎956-1000 (保健センター2階)

■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)

8月は大阪府の食育推進強化月間



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27年4月～平成28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)

あなたとあなたの家族のために 受けましょう、がん検診。「知る」は「治る」の第一歩

<集団検診> 胃・肺・大腸・子宮がん検診は**無料**です。

※8・9月分を受付中。(10～12月分は9月10日(木)受付開始)

※個別検診は、各医療機関へ直接お申込みください。

※検診方法などの詳細は「健康だより」(4月配布)、ウェブサイト、婦人科検診受診券などをご覧ください。

集団検診	肺がん・大腸がん (40歳以上の市民)	集団検診	子宮がん ※20歳以上で 受診券をお持ちの方
8月	31日(月) 保健センター	8月	29日(土) 保健センター
9月	4日(金) コロセアム	9月	4日(金) コロセアム
	14日(月) 保健センター	→胃がん、乳がん 定員に達したため8・9月分は受付 終了しました。※個別検診空きあり	
	18日(金) 保健センター		
	27日(日) 市役所A棟		

●子宮がん検診対象者(平成27年度)は、20歳以上(平成7年以前の生まれ)で、奇数年生まれの方。

●受診には受診券(オレンジ色のはがき)が必要です。※婦人科検診

チョイス DE あなたに合った運動栄養スタイル

運動と栄養のメニューから、自分に合わせて教室をチョイス!
健康度アップを目指しましょう☆ ※受付中

【対象】おおむね40歳以上の市民 【定員】各20人

【会場】保健センター(※3月11日は峰塚公園)

運動	11月26日(木) どこDEもリラクゼーション
	3月11日(金) お外DEウォーキング

【時間】13:30～15:00(受付13:00～)

【持物】飲み物・タオルなど

※運動しやすい服装・くつでお越しください

栄養	9月9日(水) 出汁DEベジ改善
	2月3日(水) カルシウムDE骨強化

【時間】10:00～12:00(受付9:30～)

【持物】筆記用具・手拭タオルなど

※調理実習はありません。(1、2品の試食あり)

きらり☆わたしの美活 ～女性の健康づくりのホント～

1日目は「ベジ改善(試食あり)」|「口から始めるアンチエイジング」、
2日目は「健康のヒ・ケ・ツ」|「美ボディ改革(運動)」あなたも
美ボディのために参加しませんか? ※受付中

【対象】40歳代・50歳代の方 【定員】20人

【日時】10月8・9日(木・金) 10:00～12:00(受付9:30～)

【場所】MOMO プラザ

定期健康相談・栄養相談 8月20日(木) ※要予約

～歯を大事にしましょう / 1年1度は健診を～

成人歯科健診 -正しい口腔ケアを身につけよう!-

【対象】昭和19・24・29・34・39・44・49年生まれの方

●受診方法●(費用無料)

市内の指定歯科医院にて4月1日～平成28年3月末日まで。
受診券(はがき)を持参の上、受診してください。

※「未受診者受診券」を発送しました。昭和48年1月1日～12月31日生まれの方で、昨年度受診していない方。

(A) 骨コツ・歯ピカ健診

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

【対象】昭和29・34・39・44・49年生まれ

【日程】9月2日(水)、10月1日(木)、11月6日(金)

【場所】保健センター

(B) 骨・歯セット教室

①骨密度測定と成人歯科健診40人

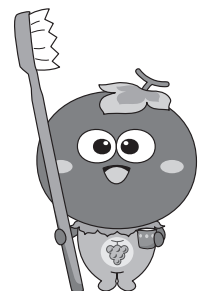
②骨密度測定のみ60人

【対象】健診時点で65歳以上の方

8月 21日(金) 陵南の森

9月 10日(木) 保健センター

10月 29日(木) 保健センター



熱中症にご注意ください

【熱中症…日射病や熱射病の総称】

長時間直射日光にさらされる(日射病)、また蒸し暑い
場所で過ごす(熱射病)などの場合はご注意ください。ど
ちらも体内の塩分や水分の不足により、体温調整ができ
なくなり、体温が急上昇し、脱水症状を引き起こします。

熱中症を予防するには…

- ・こまめな水分補給
- ・エアコンや扇風機の利用
- ・暑いときは無理をしない
- ・涼しい服装
- ・外出時には日傘・帽子

…などに気をつけましょう。



メタボ対策入門講座 <講師>羽曳野市医師会 森 亘平 医師

【日時】9月1日(水) 14:00～15:30(受付13:30～)

【定員】30人 ※事前申込 【会場】保健センター4階 大会議室

● 乳幼児健診 (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7日	平成27年4月1日～16日生まれ
	8月21日	平成27年4月17日～30日生まれ
	9月11日、25日	平成27年5月生まれ
1歳6カ月児健康診査 (火、水曜日 実施)	8月25日、26日	平成26年1月生まれ
	9月29日、30日	平成26年2月生まれ
2歳6カ月児健康診査 (火、水曜日 実施)	8月18日、19日	平成25年2月生まれ
	9月15日、16日	平成25年3月生まれ
3歳6カ月児健康診査 (火、水曜日 実施)	8月4日、5日	平成24年2月生まれ
	9月8日、9日	平成24年3月生まれ

● 予防接種 《接種には母子健康手帳と予診票が必要》

集団接種 BCG (会場：保健センター)

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)までご連絡ください。

個別接種

- 各医療機関に直接電話で予約
- ※予診票がない場合は、母子健康手帳を持って健康増進課まで取りにきてください。
- ※詳細は「平成27年度健康だより」または市ウェブサイトをご覧ください。

● 各種教室 (会場：保健センター、要予約)

マタニティスクール (定員20人・4日間で1コース)

【日時】9月コース／3日(木)、10日(木)、13日(日)、28日(月)
初日 11:00～15:00 (ランチ付き)
2・4日目 13:00～15:30
3日目 9:30～12:00

※11、12月出産予定の方優先します。

離乳食講習会 (定員15人・保育あり)

【日時】9月17日(木)・10月14日(水)のいずれか1日
13:00～15:30

【対象】4カ月児健康診査 受診後～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、保育の対象)

● 各種相談

～子育てのことで悩んでいませんか？
ちょっとしたことでもご相談ください。
保健師や栄養士などが対応します。～

育児相談 (電話・来所 平日9:00～17:30)

お子さんの発育や発達、栄養に関する内容をはじめ育児全般について、相談をお受けします。

ことばの相談 (予約制)

こどもの発音、言葉の遅れなどの相談をお受けします。



3種混合(ジフテリア・百日咳・破傷風)、ポリオワクチンの接種が完了していない方へ

・3種混合の予防接種が途中の方でポリオワクチンをすでに2回接種している方は、早めに予防接種の実施医療機関にご相談ください。

乳児後期健診 ～忘れていませんか??～

→9カ月になる前に受診票を郵送しています。

- ・健診時期は9カ月～1歳になる誕生日の前日までです。 ※手元に受診票がない方(転入・紛失など)は、健康増進課(保健センター)までご連絡ください。
- ・誕生日以降は使用できません。

日本脳炎予防接種について

- ・18歳になる方(平成9年4月2日から平成10年4月1日生まれ)に特例措置の個別通知をしております。通知は、既に接種された方(市外で接種を受けたなど)にも届く場合があります。必ず母子健康手帳で接種履歴を確認し、重ねて接種しないようご注意ください。
- ・平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれの方は特例措置の対象となります。まだ接種していない方・予診票を紛失された方は、母子健康手帳を持って、健康増進課(保健センター)窓口までお越しください。

藤井寺保健所 藤井寺市藤井寺 1-8-36 ☎955-4181 ■生活衛生室 ☎952-6165 ※いずれも土、日、祝日は除く			
無料	HIV即日検査(抗体検査)	毎週水曜日 [匿名可] 9:30～10:30	水質検査(飲用水・井戸水・遊泳場水・浴槽水) <予約制> 依頼の際は、お問い合わせください。 腸内細菌検査(赤痢菌、チフス菌、パラチフスA菌、サルモネラ属菌、腸管出血性大腸菌O157) 毎週月～水曜日 9:30～12:00 寄生虫卵検査・ぎょう虫卵検査 毎週月～木曜日 9:30～12:00 室内空気検査(ホルムアルデヒド・VOC) <予約制> 依頼の際は、お問い合わせください。
	肝炎ウイルス検査	第2、4水曜日 <予約制> 13:30～14:30	
	風しん抗体検査	第2、4水曜日 <予約制> 13:30～14:30	
	こころの健康相談(精神科医、精神保健福祉相談員が相談に応じます)	<予約制> (こころの病気、アルコール依存症など)	
	医療機関に関する相談	毎週月～金曜日 9:15～12:15 13:00～16:00	

飼えなくなった犬の引き取り窓口は、大阪府動物管理指導所藤井寺分室(☎937-1101)です。要事前相談。引取時間(月)9:30～12:00、有料、要印鑑。