



予防接種や各種がん検診などの情報を、保健センターだよりに掲載しています。市ホームページからダウンロードできます。

## 大人の歯のお手入れ教室

**とき** ①5日(木)・②17日(火)午後1時～3時(全2回) **ところ** 保健センター **内容** ①歯科健診、歯科医師の講演、ブラッシング実習、②歯科衛生士の講演、個別相談 **参加費** 無料 **定員** 15人(先着順) **申し込み・問い合わせ** 電話で保健センター

## 乳幼児スキンケア講習会

赤ちゃんの肌を乾燥や刺激から守っているのがスキンバリアです。肌にやさしい洗い方と保湿方法を知って、肌トラブルを予防しましょう。

**とき** 26日(木)午後1時30分～3時30分 **ところ** 保健センター **対象** 肌の乾燥、発赤、かゆみなどが気になるおおむね4歳までの乳幼児 **内容** 小児科医の話、スキンケアの方法、個別相談 **参加費** 無料 **定員** 20人(先着順) **申し込み・問い合わせ** 電話で保健センター

## 健康づくり応援団養成講座

健康づくりの基礎知識を学び、健康を維持しながら、家族・友人・地域に健康づくりを広める活動を始めませんか。

**とき・内容** ①10月1日(火)/開講式・医師の話「健康寿命を延ばすために」、②10月30日(水)/医師の話「こころの健康 いきいきと自分らしく」、③11月13日(水)/薬剤師の話「お薬と上手に付き合う」、④11月26日(火)/栄養士の話「自分の適量を知りましょう」、⑤12月13日(金)/運動実習1「お家で簡単！健康体操」、⑥令和2年1月7日(火)/歯科医師の話「口腔ケアで健康長寿」・ブラッシング実習、⑦1月23日(木)/運動実習2「筋力アップでロコモ予防」、⑧2月5日(水)/「調理体験と試食」・閉講式、⑨～⑦午後1時30分

～3時30分、⑩午前10時～午後1時30分 **ところ** 保健センター **参加費** 無料 **定員** 30人(先着順) **申し込み・問い合わせ** 電話で保健センター

## はつらつ健康体操

**とき** 10月1日(火)・15日(火)・11月5日(火)・19日(火)・12月3日(火)・17日(火)・令和2年1月7日(火)・21日(火)・2月4日(火)・18日(火)午後1時～2時30分(全10回) **ところ** 池尻体育館 **対象** 60歳以上の人 ※介護保険で要支援・要介護認定を受けている人、現在受講している人を除く **内容** 心身機能の低下を防止するためのレクリエーションや運動 **参加費** 無料 **定員** 30人(先着順) **申し込み・問い合わせ** 保健センターへ電話または直接

## 健康まつりで大腸がん検診

**とき** 11月10日(日)午前10時～午後4時30分 **ところ** 保健センター **対象** 市内に住んでいて、今年度該当するがん検診を受診していない40歳以上の人 **費用** 500円 **定員** 200人(先着順) **申し込み** 3日(火)から電話で保健センター予約専用ダイヤル☎367-6905 **問い合わせ** 保健センター

## 被爆二世健康診断

**とき・ところ** 受付後に通知 **対象** 大阪府内に住んでいる被爆二世の人 **費用** 無料 **申し込み** 2日(月)～10月31日(木)に本人の印鑑と実父母の被爆者健康手帳の番号を持って、富田林保健所へ直接 **問い合わせ** 大阪府健康医療部保健医療室地域保健課疾病対策・援護グループ☎06-6944-9172

**+** 南河内南部広域小児急病診療体制 診療科目/小児科  
対象/中学生までの人

**+** 夜間急病診療 **ところ** 市消防本部(☎366-0055)で病院の紹介を受けてください **診療日** 毎日 **診療時間** 午後8時～翌朝午前8時

**+** 休日急病診療 **ところ** 富田林病院☎0721-29-1121 富田林市向陽台一丁目3-36 (南海高野線「金剛駅」から南海バス「富田林病院前」下車) **診療日** 日曜日・祝日、年末年始(12月29日～1月3日) **受付時間** 午前9時～11時30分、午後1時～3時30分 **診療時間** 午前9時～午後4時 ※受診する場合は、健康保険証・子ども医療証などを忘れずにお持ちください

**+** 午後4時～8時の小児急病診療体制について 土・日曜日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)の午後4時～8時、小児急病診療を実施します。市消防本部(☎366-0055)で当番の病院を紹介します。緊急の場合は救急車で搬送します ※直接、当番病院へ行かれても受診できません

問い合わせ 保健センター

**+** 休日診療 診療科目/内科  
対象/15歳以上の人

**診療日** 1日(日)・8日(日)・15日(日)・16日(祝)・22日(日)・23日(祝)・29日(日) **受付時間** 午前9時～午後0時 **ところ** 大阪狭山市医師会休日診療所☎368-1110 東野東一丁目500-1(市循環バス・西北回りコース「東野中三丁目」下車) **問い合わせ** 大阪狭山市医師会休日診療所☎368-1110

## 成人歯科健康診査

年度内に1回受診できます。受診には予約が必要です。**対象** 40～60歳・70歳の人 **内容** 問診・口腔(こうくう)内検査・歯周疾患検査・口腔衛生検査と検査結果に基づく指導 **費用** 500円 **持ちもの** 健康保険証や運転免許証などの住所・名前・生年月日を確認できるもの、健康手帳、成人歯科健康診査無料クーポン(送付された人のみ) **申し込み** 保健センターだよりに記載している実施医療機関へ直接

## 各種予防検診

各種がん検診、骨粗しょう症検診、肝炎ウイルス検診(原則として40歳の人のみ)は、市内の協力医療機関で実施しています。年度内に1回受診できます。受診には予約が必要です。受診を希望する人は、健康保険証や運転免許証などの住所・名前・生年月日を確認できるもの、健康手帳、一部負担金を持って受診してください。受診対象者や一部負担金など、詳しくは保健センターだよりに確認してください。

## 予防接種

**■集団接種【予約制】** **とき** 19日(休)午後1時50分～2時20分 **ところ** 保健センター **種類** BCG、4種混合、不活化ポリオ **持ちもの** 母子健康手帳、予診票、筆記用具 **申し込み** 11日(火)までに電話で保健センター ※予約が無い場合は接種を受けられません

**■個別接種** 大阪狭山市・富田林市・河内長野市内の実施医療機関 ※実施医療機関以外で接種を受ける場合、償還払制度があります(接種前に手続きが必要です)

種類	対象年齢
B型肝炎	1歳未満(標準的には2か月から)
ヒブ	2か月～5歳未満
小児用肺炎球菌	2か月～5歳未満
4種混合	3か月～7歳6か月未満、2種混合2期(11～13歳未満)
BCG	1歳未満(標準的には5～8か月未満)
MR混合	1期(1～2歳未満)、2期(平成25年4月2日～平成26年4月1日生まれ)
水痘	1～3歳未満
日本脳炎	1期(6か月～7歳6か月未満、標準的には3歳から)、2期(9～13歳未満) ※平成11年9月2日～平成19年4月1日生まれの人は、20歳未満まで、1期・2期の不足分を接種可能。平成19年4月2日～平成21年10月1日生まれの人は、2期対象期間に1期不足分を接種可能



## 健康相談

**ところ・問い合わせ** 保健センター☎367-1300

保健・栄養健康相談(予約制)	火曜日	午前10時～午後3時30分
電話健康相談	月・水・金曜日	午前9時30分～11時30分
乳幼児のアトピー・アレルギー電話相談	5日(木)	午前10時～11時30分

電子メール(kenko@city.osakasayama.osaka.jp)による相談も可

**ところ・問い合わせ** 富田林保健所☎0721-23-2681

こころの健康相談(予約制)	月～金曜日	午前9時～午後5時45分
エイズに関する相談(電話相談も可)	月～金曜日	午前9時30分～午後5時
医療機関に関する相談	月～金曜日	午前9時～午後5時30分
血液検査 肝炎ウイルス検査(無料・予約制)	18日(水)	午前9時30分～10時30分
エイズウイルス抗体検査(無料・匿名も可)	4日(水)・18日(水)	午後1時30分～2時30分
梅毒(有料・匿名も可) ※無料の場合あり		
クラミジア検査(尿検査、有料・匿名も可) ※無料の場合あり	4日(水)	午前11時～午後0時15分
骨髄バンクドナー登録		

**ところ** 富田林保健所 **問い合わせ** 藤井寺保健所☎072-952-6165

飲用水・井戸水検査(有料・予約制)	2日(月)・9日(月)・17日(火)・24日(火)・30日(月)	午前9時30分～11時30分
腸内細菌検査・ぎょう虫卵検査(有料・予約制)		

**献血** **とき** ①8日(日)午前10時～午後2時30分、②21日(土)午前10時～午後4時 **ところ** ①狭山高校(文化祭会場内)、②ホンダ学園(文化祭会場内)

## 乳がん・子宮頸がん集団検診

年度内に1回受診できます。個別検診は保健センターだよりに確認してください。**ところ** 保健センター **費用** 1,000円 **申し込み** 3日(火)午前9時から電話で保健センター予約専用ダイヤル☎367-6905

**■乳がん検診(マンモグラフィ)** 40歳以上の女性が対象

とき	定員
18日(水)・10月7日(月)・28日(月)・12月3日(火)・15日(日)・23日(月)・24日(火) 午前・午後	53人
4日(水)・11月5日(火)・25日(月)午後	37人

※時間の指定はできません  
※10月7日・28日・12月3日は子宮頸がん検診と同日受診の人が優先  
※生理前1週間は、なるべく避けてください。妊娠中、授乳中、豊胸手術後、ペースメーカー装着、立位姿勢が取れない人は受診できません

**■子宮頸がん検診** 20歳以上の女性が対象

とき	定員
10月7日(月)・28日(月)・12月3日(火)午後	90人

※生理中は受診できません

## 子どもの健康診査

**■4か月児健康診査** **とき** 5日(休)午後 平成31年4月5日～令和元年5月4日生まれが対象 **とき** 10月3日(休)午後 令和元年5月5日～6月4日生まれが対象

**■1歳6か月児健康診査** **とき** 20日(金)午後 平成30年2月(1月)生まれが対象

**■2歳6か月児歯科健康診査** **とき** 10日(火)午後 平成29年2月(1月)生まれが対象

**■3歳6か月児健康診査** **とき** 25日(水)午後 平成28年3月(2月)生まれが対象

※詳しくは個別に案内を送付します。対象の健康診査の実施日1週間前になっても案内が届かない場合は、保健センターへ連絡してください

## 子どもの健康チェック

**■ママパパ教室** **とき** 27日(金)午後1時～3時30分 初めての赤ちゃんを迎える妊婦と夫が対象 歯科健診と歯の話、お母さんと赤ちゃんの食事など

**■離乳食講習会** **とき** 11日(水)午前9時30分～11時10分 離乳期の乳児の保護者が対象

**■にこにこ歯みがき教室** **とき** 18日(水)午後1時30分～3時30分 1歳6か月児健康診査を終了した幼児が対象