



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。

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 23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歳までの子ども **内容** スキンバリアについての小児科医の話、スキンケアの方法、個別相談 **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☎367-1300

日曜日・祝日と年末年始(12月30日～3日(金))に休日診療を実施

大阪狭山市医師会と連携し、休日診療を実施します。受診時はマスクを着用し、健康保険証(マイナンバーカード)・医療証などを持参してください。感染症対策のため、必ず受診前に休日診療所☎289-7376へ電話(聴覚障がいのある人はファクシミリ(FAX289-7396))で連絡してください。

診療日 12月30日～3日(金)と日曜日・祝日 **受付時間** 午前9時～11時30分 **診療時間** 午前9時～午後0時 **ところ** 大阪狭山市休日診療所(東野東一丁目500-1(市循環バス・北回りコース「東野中三丁目バス停」下車)) **対象** 15歳以上の人 ※中学生までの子どもは下記の南河内南部広域小児急病診療体制を確認してください

問い合わせ 保健センター☎367-1300

無料風しんクーポン券で抗体検査を受けましょう

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日に生まれた男性で風しんの抗体検査を受けていない人に、令和6年5月下旬に勧奨はがきを送付しています。抗体検査を無料で受けるには、クーポン券(使用期限/3月31日(月))が必要です。クーポン券を紛失した場合や転入した場合は、二次元コードから再発行の手続きが可能です。抗体検査(採血)の結果、十分な量の風しんの抗体がないことが判明した場合、予防接種(原則としてMRワクチン)を受けることができます。今年度が無料で受けられる最終年度になっています。3月は混み合うことが予想されるので、なるべく2月までに抗体検査を受けましょう。

問い合わせ 保健センター☎367-1300

特定健康診査・人間ドックを受けましょう



大阪狭山市国民健康保険の特定健康診査・人間ドックの受診期間は、3月31日(月)(75歳になる人は誕生日の前日)までです。なお、特定健康診査と人間ドックの併用受診はできません。

今年度の受診者全員に、健診結果アドバイス冊子と、5,000円分のさやりんポイントカードを送付します。届くまでに6か月程度かかる場合があります。※40歳未満の人間ドック受診者にはさやりんポイントカードのみを送付します

問い合わせ 保険年金グループ☎349-9471

+ 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** **持ちもの/健康保険証(マイナ保険証)・子ども医療証**

+ 夜間急病診療 **ところ** 堺市大阪狭山消防署☎366-0055へ問い合わせてください

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「富田林病院前バス停」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

+ 午後4時～8時の小児急病診療体制

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。堺市大阪狭山消防署☎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、当番病院へ行っても受診できません

問い合わせ 保健センター☎367-1300

大阪の医療機関を探したいとき
大阪府救急医療情報センター

06-6693-1199

インターネットでも探せます
大阪府医療機関情報システム



☎ 小児救急電話相談

夜間の子どもの急病時、看護師・保健師が電話で相談に応じます。(毎日午後7時～翌朝午前8時)

携帯電話・固定電話【プッシュ回線】 #8000

固定電話【IP・ダイヤル回線など】 06-6765-3650

問い合わせ 保健センター☎367-1300

☎ 救急安心センターおおさか

看護師が、医師の支援体制のもと、病気・ケガの救急相談に応じます。(毎日24時間)

携帯電話・固定電話【プッシュ回線】 #7119

固定電話【IP・ダイヤル回線など】 06-6582-7119

緊急時は迷わず

119

問い合わせ 堺市大阪狭山消防署☎366-0055

子宮頸がん予防ワクチンキャッチアップ接種などの期間が条件付きで延長されます

今夏以降の大幅な需要の増加により、子宮頸がん予防ワクチンを接種できなかった人がいる状況などを踏まえ、3月31日(月)までに接種を開始した人が、全3回の接種を公費で完了できるよう、接種期間が延長されます。子宮頸がん予防ワクチン接種を希望する人は3月31日(月)までに1回目の接種を受けましょう。

延長対象者 次の①または②に該当する人で、令和4年4月1日～令和7年3月31日に子宮頸がんワクチンを1回以上接種した人 ①平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれ的女性(キャッチアップ接種対象者) ②平成20年4月2日～平成21年4月1日生まれ的女性(高校1年生相当) **延長措置・期間** 4月1日～令和8年3月31日に、残りの2・3回目の接種を受けることができます。詳しくは市ホームページを確認してください

問い合わせ 保健センター ☎367-1300

ゲートキーパー養成研修を開催します

悩みに気づき、話を聞いて支援につなげるゲートキーパーの意識を持つことが自殺予防につながります。自殺の危険性があると思ったらどうしたらいいのか、私たちができること、身近な人を支えるスキルを学びませんか。

とき 27日(月)午後2時～4時 **ところ** 市役所別館・第3会議室 **対象** 市内に居住・通勤・通学する人 **申し込み・問い合わせ** 電話で保健センター ☎367-1300

教室プログラム

日常生活を快適に過ごせる体づくりをめざし、平日にピラティスやZUMBAなどの教室プログラムを実施しています。詳しくは問い合わせてください。

問い合わせ 総合体育館 ☎365-5250

トレーニング機器講習会

とき 毎日午前9時～午後9時(利用時間内で随時) ※年末年始を除く **ところ** 総合体育館・トレーニング室 **対象** 16歳以上の人 **内容** リニューアルした機器(肩甲骨周りの柔軟性向上マシン)の講習会 **利用料** 初回700円 ※2回目以降は150円 **申し込み** 総合体育館へ電話または直接 **問い合わせ** 総合体育館 ☎365-5250

献血

とき ①6日(月)・②19日(日)午前10時～午後0時・午後1時～4時30分 **ところ** ①そよら金剛店(半田一丁目) ②エバグリーン狭山店(東茱萸木四丁目)

健康相談

ところ・問い合わせ 保健センター ☎367-1300 ※祝日・年末年始など休日を除く

保健・栄養健康相談(予約制)	火曜日	午前10時～午後2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	9日(休)	午前10時～11時30分

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

ところ・問い合わせ 富田林保健所 ① ☎0721-23-2681・②③④ ☎0721-23-2683・⑤ ☎0721-23-2684 ※祝日・年末年始など休日を除く

①医療機関に関する相談	月～金曜日	午前9時～午後5時30分
②エイズに関する相談(電話相談可)		午前9時30分～午後5時
③クラミジア検査(尿検査、有料・匿名可) ※無料の場合あり	15日(水)	午後1時30分～2時30分
④血液 エイズウイルス抗体検査(無料・匿名可) 検査 梅毒(有料・匿名可) ※無料の場合あり		
⑤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

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、ぎょう虫卵検査(有料・予約制)	6日(月)・20日(月)	午前9時30分～11時30分
腸内細菌検査(有料)		

各種予防検診

※要予約

がん検診、骨粗しょう症検診、肝炎ウイルス検診(原則、40歳の人のみ)は、市内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(乳がん・子宮頸がん検診、胃内視鏡検診は2年に1回)。自覚症状がある人は、医療機関を受診してください。勤務先などで検診を受診できる人は受診できません。**申し込み** 住所・名前・生年月日を確認できるもの(マイナンバーカード、健康保険証や運転免許証など)、健康手帳、一部負担金を持って受診してください

基本健康診査

対象 40歳以上の生活保護受給者および健康保険未加入者 **内容** 身体測定・医師の診察・血圧・尿尿・血液検査など ※健康保険未加入者は一部負担金が必要

成人歯科健康診査

※要予約

年度内に1回受診できます。**対象** 満20・30・40～60・70歳の人 **内容** 問診・口腔内検査・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** 住所・名前・生年月日を確認できるもの(マイナンバーカード、健康保険証や運転免許証など)、健康手帳 **申し込み** 保健センターだよりに記載の実施医療機関へ直接

乳がん・子宮頸がん集団検診

※要予約

2年に1回受診できます。**ところ** 保健センター **費用** いずれも1,000円 **申し込み** 申込フォームまたは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)** ※昭和59年以前の奇数年生まれで40歳以上の女性 **クーポン対象** 今年度41歳になる女性

とき	定員
24日(金)・27日(月)・2月17日(月)・3月4日(水)・31日(月)午前・午後	60人

※24日(金)・2月17日(月)・3月31日(月)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(抜去後を含む)、ペースメーカー装着、V-Pシャント挿入、立位姿勢が取れない人は不可

＜子宮頸がん検診＞平成16年以前の偶数年・昭和の奇数年生まれで20歳以上の女性 **クーポン対象** 今年度21歳になる女性

とき	定員
24日(金)・2月17日(月)・3月31日(月)午後	90人

※生理中は受診不可。対象外で受診希望の人は、保健センターに相談してください

子宮頸がん予防ワクチン接種

ところ 大阪狭山市・富田林市・河内長野市の実施医療機関 **対象** 小学6年生～高校1年生相当(平成20年4月2日～平成25年4月1日生まれ)の女性 **＜キャッチアップ接種＞対象** 平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれ的女性