



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



**とき** 22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むね4歳までの乳幼児 **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** 保健センターへ電話または直接☎367-1300

## 無料風しん予防接種クーポン券の有効期限が2年間延長されました

これまで風しんの公的な予防接種を受ける機会がなかった、昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性の風しん予防接種無料クーポン券の有効期限が2年間延長されました。

**対象** 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性で、令和7年3月31日までに風しん抗体検査を受検し、抗体検査の結果、抗体価が基準値よりも低い人 **実施期間** 令和9年3月31日まで **実施医療機関** 市内の医療機関 **持ちもの** 令和7年3月31日までに受けた抗体検査の結果が分かる書類、無料クーポン券、住所・名前・生年月日が確認できるもの(マイナンバーカードなど)

ドなど) クーポン券の再発行 市ホームページから  
問い合わせ 保健センター☎367-1300

## 麻しん風しん混合ワクチンの定期接種の機会を逃した人の接種費用を公費負担します

麻しん風しん(MR)混合ワクチンの不足などにより、麻しん風しん混合ワクチンの1期または2期の定期接種の対象年齢の間に接種を受けていない人に対して、定期接種の対象年齢を過ぎて麻しん風しん(MR)混合ワクチンの接種を受けた場合の接種費用を公費負担します。

《定期接種特例》**対象** 市の住民基本台帳に記録されていて、1期または2期の接種を受けていない人で、次に該当する人 ●1期/令和4年4月2日～令和5年4月1日生まれ ●2期/平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれ **接種期間** 令和9年3月31日まで

《行政措置接種》**対象** 市の住民基本台帳に記録されていて、1期の接種を受けていない人で、次に該当する人 ●令和2年4月2日～令和4年4月1日生まれ ●令和5年4月2日以降生まれの2歳以上の人 **接種期間** 4歳児クラス(年中)の年度末まで ※接種前に保健センターに相談し、接種について説明を受けてください

**持ちもの** 住所・名前・生年月日が確認できるもの(母子健康手帳、マイナンバーカード、医療証など) **接種可能医療機関** 大阪狭山市・富田林市・河内長野市内の医療機関  
問い合わせ 保健センター☎367-1300

## 休日診療

診療科目/内科 対象/15歳以上の人

受診時はマスクを着用し、マイナンバーカード・資格確認書・医療証などを持参してください。必ず受診前に電話してください。

**ところ** 大阪狭山市休日診療所☎289-7376・FAX289-7396  
(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)

**診療日** 3日(祝)・4日(祝)・5日(祝)・6日(休)・11日(日)・18日(日)・25日(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

問い合わせ 保健センター☎367-1300

## 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/マイナンバーカード・子ども医療証など

**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いたします。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

## チョコチョコ運動で活動量をアップ!

「心も体も健やかに 未来へつなぐ 大阪さやま」を新たな基本理念とし、様々なライフステージにあった健康づくりや食育の取り組みを8つの分野で進め、だれもが健康でいきいきと楽しみながら暮らせるまちづくりをめざしています。今月は、「身体活動・運動」の分野で、普段の生活に取り入れやすい取り組みを紹介します。

### 第2回「身体活動・運動」について

#### 【「身体活動・運動」の目標】

自分に合った運動や身体活動を楽しみながら継続し、生活の質を向上させる

運動を習慣的に行うことで、生活習慣病を予防し、健康寿命を延ばすことにつながります。まずは日常生活の中で意識的に体を動かす量を増やしましょう。運動は楽しみながら、今より10分多く体を動かすことからスタートしましょう。



家事を10分

意識してキビキビと  
家事も身体活動です



筋トレを10分

テレビを見ながら  
継続しましょう

問い合わせ 保健センター ☎367-1300

## 31日(土)は世界禁煙デー

### 31日(土)～6月6日(金)は禁煙週間

問い合わせ 保健センター ☎367-1300

市は、「健康大阪さやま21」計画において受動喫煙の防止や禁煙支援に取り組んでいます。たばこの煙には、喫煙者が吸う「主流煙」と火の付いたたばこの先から出る「副流煙」などがあり、200種類以上の有害物質が含まれています。この副流煙と喫煙者が吐き出す煙(呼出煙)を自分の意思と関係なく吸い込んでしまうことを「受動喫煙」といいます。たばこは喫煙者の健康を害するのはもちろんですが、受動喫煙によって非喫煙者の健康も害しています。特に成長過程にある子どもは健康被害を受けやすいことがわかっています。

多くの人が利用する公共的な空間では受動喫煙防止に協力してください。現在喫煙している人は、自分だけでなく周りの大切な人のためにも禁煙に取り組んでみませんか。禁煙治療には、健康保険適用が可能な場合もあります。禁煙外来のある医療機関や保健センター、富田林保健所でも禁煙相談を行っていますので、活用してください。

## 健康相談

ところ・問い合わせ 保健センター ☎367-1300 ※祝日など休日を除く

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	1日(休)	午前10時～11時30分

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

ところ・問い合わせ 富田林保健所 ① ☎0721-23-2681・②③④⑥ ☎0721-23-2683・⑤ ☎0721-23-2684 ※祝日など休日を除く

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(電話相談も可)		午前9時30分～午後5時
③クラミジア検査(尿検査、有料・匿名も可) ※無料の場合あり	7日(水)・21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・匿名も可) 検査 梅毒(有料・匿名も可) ※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
⑥骨髄バンクドナー登録(予約制)	7日(水)	午前11時～午後0時15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)	12日(月)・26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・検尿・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60年以前の偶数年生まれで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
7日(水)・6月4日(水)午前・午後	60人

※6月4日(水)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(除去後を含む)、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17年以前の奇数年・昭和の偶数年生まれで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
6月4日(水)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21年4月2日～平成26年4月1日生まれ)の女性

≪特例≫**対象** 令和4年4月1日～令和7年3月31日に接種を受けた平成9年4月2日～平成21年4月1日生まれの女性は、令和8年3月31日(火)まで不足分を接種することができます