



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。

プレママ・プレパパほっとカフェ

とき 19日(日)午前9時45分～11時40分 ところ 保健センター 対象 初めての出産を迎える妊婦とパートナー 内容 赤ちゃんを迎える生活の準備、おなかの赤ちゃんとのコミュニケーション 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☎367-1300



健康づくり応援団養成講座

とき・内容 ①24日(金)「健康寿命を延ばすために」、②11月17日(月)「こころの健康いきいきと自分らしく」、③11月28日(金)「運動実習「お家で簡単！健康体操」、④12月2日(火)「お薬と上手に付き合う」、⑤12月11日(木)「口腔ケアで健康長寿」、⑥令和8年1月23日(金)「毎日の食事～自分の適量を知りましょう～」、⑦令和8年2月13日(金)「調理実習「バランスよく食べるコツ」、①～⑥午後1時30分～3時30分、⑦午前10時～午後1時30分 ところ 保健センター、③のみ市立公民館 定員 いずれも15人(先着順) 申し込み・問い合わせ 保健センター☎367-1300へ電話または直接

日曜日に大腸がん検診・乳がん検診を実施

とき・内容 11月9日(日)①午前10時30分～午後0時・午後1時～3時/大腸がん検診、②午前9時45分～午前11時・午後1時～1時50分/乳がん検診 ところ 保健センター 対象 ①40歳以上の人 ②昭和60年以前の偶数年生まれの女性とクーポン対象者(今年度41歳になる女性) 費用 ①500円 ②1,000円 定員 ①200人 ②60人(いずれも先着順) 申し込み 28日(火)までに申込フォームから。電話で保健センター予約専用ダイヤル☎367-6905も可 問い合わせ 保健センター☎367-1300



献血 とき ①3日(金) ②8日(火)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(半田一丁目) ②市役所

よい歯のコンクール表彰式

8月7日に、保健センターで「よい歯のコンクール」を開催し、令和6年度3歳6か月児健康診査を受診した人の中から選ばれた、よい歯の親子5組を対象に表彰式を行いました。

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 5日(日)・12日(日)・13日(祝)・19日(日)・26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 大阪府医療情報ネット(ナビイ)



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 堺市消防局救急課☎238-6049

定期的に健診(検診)を受け、家族や周りの人にも勧めよう

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つの分野で進めています。「健康チェック」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7回「健康チェック」について

◀「健康チェック」の目標▶定期的に健診(検診)を受け、家族や周りの人にも勧める

生活習慣病を予防し、健康寿命の延伸を図るためには、日ごろから自分の健康に関心を持ち、定期的な健診(検診)などの健康チェックを受け、病気の早期発見、早期治療に結び付けることが重要です。定期的に健診(検診)を受けることにより、メタボリックシンドロームや循環器病の発症を防ぐことが期待できます。

【健診】

健康診断(診査)の略であり、健康状態を調べ、病気のリスク因子を早く見つけることで、病気そのものを予防する一次予防を目的としています。

【検診】

がん検診や骨粗しょう症検診などのように、特定の病気を早期に発見・治療するための二次予防を目的としています。



問い合わせ 保健センター ☎367-1300

ジェネリック医薬品(後発医薬品)を利用してみませんか？

ジェネリック医薬品とは、先発医薬品の特許が切れた後に販売される医薬品であり、先発医薬品と同じ有効成分を同量含み、同等の効き目があると国に認められています。

【ジェネリック医薬品を使うメリット】

●ジェネリック医薬品は開発費が抑えられていて、先発医薬品より安価です

【切り替え時の注意】

- すべての先発医薬品に対してジェネリック医薬品が対応しているわけではありません
- 使用できる病気(効能)が異なるなどの理由で切り替えできない場合があります
- 先発医薬品と色や大きさ、形などが異なることがあります
- ジェネリック医薬品への切り替えを希望される場合は、医師、薬剤師に相談のうえ、必ず事前に医療機関や薬局に医薬品取り扱いの有無や在庫の状況を問い合わせてください

問い合わせ 大阪府後期高齢者医療広域連合事務局 ☎06-4790-2031、保険年金グループ(後期高齢者医療) ☎349-9472、(国民健康保険) ☎349-9471

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	2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	1日(水)・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)	1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)	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
27日(月)・11月4日(火)・9日(日)・12月12日(金)午前・午後	60人

※11月4日(火)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
11月4日(火)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