

けんこうガイド

- 保健センター
- さやま荘
- さつき荘
- 大阪狭山市医師会休日診療所
- 富田林保健所
- 富田林病院(小児休日急病診療)

- 岩室一丁目97-3 ☎367-1300
- 今熊一丁目80 ☎366-2022
- 今熊一丁目85 ☎366-2022
- 東野東一丁目500-1 ☎368-1110
- 富田林市寿町三丁目1-35 ☎0721-23-2681
- 富田林市向陽台一丁目3-36 ☎0721-29-1121

プレママ・プレパパ ほっとカフェ

妊娠、出産で気になること、子育てのことを気軽に話ませんか。助産師が質問や相談に応じます。カフェの出店もあります。

▶とき 9日(土)午前10時～11時30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夫 ▶内容 フリートークタイム、助産師のアドバイス、リラククス&ストレッチ、子育て情報の案内▶参加費 無料(飲みもの代は実費) ▶定員 15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

乳がん(マンモグラフィ)、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を確認してください。

【乳がん検診】▶とき ①5日(木)・②14日(木)・③7月13日(金)・④24日(木)・⑤8月6日(月)・⑥21日(木)・⑦9月4日(木)・⑧14日(金)、②④⑤⑥午前・午後、①③⑥⑦午前※いずれも時間の指定はできません。②⑤⑧は子宮頸がん検診と同日受診の人が優先 ▶ところ 保健センター ▶対象 40歳以上の女性

※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 ▶定員 ②④⑤⑧57人/日、①③⑥⑦37人/日 【子宮頸がん検診】▶とき ①14日(木)・②8月6日(月)・③9月14日(金)いずれも午後 ▶ところ 保健センター ▶対象 20歳以上の女性 ※生理中は受診できません ▶定員 90人(いずれも先着順) ※うち57人は乳がん検診と同日受診の人が優先。同日でも乳がん検診が午前、子宮頸がん検診が午後となる場合があります ▶費用 いずれも1,000円 ▶申し込み 電話で保健センター予約専用ダイヤル☎367-6905 ※③～⑧・②③は7日(休)午前9時から受付 ▶問い合わせ 保健センター

食生活改善推進員養成講座～「食」のボランティア始めてみませんか～

「食」を通じたボランティア活動を行う、食生活改善推進員(ヘルスメイト)養成講座に参加してみませんか。

▶とき ①28日(木)・②7月26日(木)・③8月30日(木)・④10月18日(木)・⑤10月25日(木)

⑥11月15日(木)・⑦12月26日(木)・⑧期間中に保健センターで実施する他の教室の運動実習3時間程度、①②③⑤⑦午前10時～午後0時、④⑥午前10時～午後1時 ※食生活改善推進員の資格を希望する人で、カリキュラムを欠席した場合は、別日に補講をする必要があります ▶ところ 保健センター ▶内容 ①開講式、健康大阪さやま21、②食事バランスガイド、③食中毒の知識と予防、④⑥調理実習、⑤ライフスタイルに合わせた食事、⑦活動報告、修了式 ▶受講料 2,200円(テキスト代、調理実習費) ▶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

成人歯科健康診査

40歳～60歳・70歳の人が対象です。受診には予約が必要です。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申し込んでください。

▶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 運転免許証や健康保険証などの住所・名前・生年月日を確認できるもの、健康手帳 ▶問い合わせ 保健センター

救急安心センターおおさか

相談員・看護師が、医師の支援体制のもと病気・ケガの救急相談を365日、24時間対応します

携帯電話・固定電話【プッシュ回線】から

#7119

固定電話【IP・ダイヤル回線など】から

06-6582-7119

緊急時は迷わず119番へ

問い合わせ 消防本部

■予防接種【保健センターだより・市ホームページに予防接種の情報を掲載しています】

集団接種【予約制】 とき 21日(木)/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 13日(木)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歳～13歳未満)
BCG	1歳未満(標準的には5か月～8か月未満)
MR混合	1期(1歳～2歳未満)、2期(平成24年4月2日～平成25年4月1日生まれ)
水痘	1歳～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歳～13歳未満) ※平成10年6月2日～平成19年4月1日生まれの人は、20歳未満までの間、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

接種間隔の確認に母子健康手帳が必要となります。忘れないようにしましょう。予防接種の記録(母子健康手帳)は大切にしましょう(入学時・海外渡航時に必要となります)。

■健康相談

保健センター	内容	曜日	時間
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		7日(木)	午前10時～11時30分

●健康に関する相談を電子メールでも受け付けています。電子メールに住所・名前・年齢・性別・電話番号・電子メールアドレス・健康に関する質問を書いて、kenko@city.osakasayama.osaka.jpへ送信してください。

富田林保健所	内容	曜日	時間
こころの健康相談(予約制)		月～金曜日	午前9時30分～午後5時
エイズに関する相談(電話相談も可)		月～金曜日	午前9時～午後5時30分
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	風しん抗体検査(予約制)	5日(木)・19日(木)	午前10時～11時
	肝炎ウイルス検査(無料・予約制)	20日(木)	午前9時30分～10時30分
	エイズウイルス抗体検査(無料・匿名可)		
	梅毒(有料・匿名可) ※無料の場合あり	6日(木)・20日(木)	午後1時30分～2時30分
クラミジア検査(尿検査、有料・匿名可) ※無料の場合あり			
飲用水・井戸水検査(有料・予約制)	4日(月)・11日(月)・18日(月)・25日(月)	午前9時30分～11時30分	
腸内細菌検査・寄生虫卵検査(有料)			
骨髄バンクドナー登録		6日(木)	午前11時～午後0時15分

●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。相談専用電話番号は☎#8000(ダイヤル回線・IP電話などからは☎06-6765-3650)、開設時間は毎日午後8時～翌日午前8時です。相談費用は無料(通話料は利用者負担)です。

福祉センターでは さやま荘・さつき荘

今月の土・日曜日、祝日の開館日は、2日(土)・3日(日)・16日(土)・17日(日)・30日(土)です。

血圧測定 5日(木)・19日(木)いずれも午前11時～午後0時、午後1時～2時 さやま荘 身体障がい者相談 8日(金)午後1時～4時 さつき荘 知的障がい者(児)相談 電話相談16日(土)午後1時～2時(中山☎365-2164) ひとり親家庭相談 2日(土)・16日(土)午前10時～午後0時 さつき荘

休日診療

診療日 3日(日)・10日(日)・17日(日)・24日(日)
受付時間 午前9時～午後0時 診療科目 内科(15歳以上)
ところ・問い合わせ 大阪狭山市医師会休日診療所

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。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(予約制)。受診期間は通年です。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をご覧ください。 ※基本健診の対象者は、40歳以上の生活保護受給者および健康保険未加入者です。詳しくは問い合わせ

▶問い合わせ 保健センター

子どもの健康チェック

《ところ》保健センター

●ママパパ教室 ◇22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◇予約制

●離乳食講習会

◇13日(木)午前9時30分～11時◇離乳期の乳児の保護者が対象◇予約制



●ピカピカ歯みがき教室 ◇21日(木)午後1時20分～3時30分◇3歳児が対象◇予約制

次の健康診査は午後に実施します。受付時間など、詳しくは個別に送付する案内をご覧ください。また、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。

●4か月児健康診査 7日(木)◇平成30年1月5日～2月4日生まれが対象 7月5日(木)◇平成30年2月5日～3月4日生まれが対象

●1歳6か月児健康診査 15日(金)◇平成28年11月(平成28年10月)生まれが対象

●2歳6か月児歯科健康診査 12日(木)◇平成27年11月(平成27年10月)生まれが対象

●3歳6か月児健康診査 27日(木)◇平成26年12月(11月)生まれが対象

献血

◇とき・ところ 26日(木)・市役所 ◇受付 午前10時～午後0時、午後1時～4時30分