

けんこうガイド

■保健センター	岩室一丁目97-3	☎367-1300
■さやま荘	今熊一丁目80	☎366-2022
■さつき荘	今熊一丁目85	☎366-2022
■大阪狭山市医師会休日診療所	東野東一丁目500-1	☎368-1110
■富田林保健所	富田林市寿町三丁目1-35	☎0721-23-2681
■富田林病院(小児休日急病診療)	富田林市向陽台一丁目3-36	☎0721-29-1121

はつらつ健康体操

▶とき 10月2日・16日・11月6日・20日・12月11日・18日・平成31年1月8日・15日・2月5日・19日いずれも火曜日、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 心身機能の低下防止を目的とした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 3日(金)から電話で保健センター、直接も可

成人歯科健康診査

40歳～60歳・70歳の人を対象です。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、成人歯科健康診査無料クーポン(送付された人のみ) ▶問い合わせ 保健センター

歯科保健講演会「口の健康を取り戻せば健康寿命が延びるのはなぜか？」

▶とき 23日(休)午後2時～4時(受付は午後1時30分から) ▶ところ SAYAKAホール・大会議室 ▶講師 天野敦雄さん／大阪大学大学院歯学研究科予防歯科学教授 ▶参加費 無料 ※手話通訳あり ▶定員 100人(先着順) ▶問い合わせ 電話で保健センター

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 ①9月4日(火)／午前、②14日(金)／午前・午後 ※いずれも時間の指定はできません。②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 ①37人／日、②57人／日 【子宮頸がん

検診】▶とき 6日(月)・9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 ▶問い合わせ 保健センター

さやまっ子食育教室 ～早寝早起き朝ごはん～

▶とき ①19日(日)午前9時15分～午後0時、②9月29日(土)午前10時～午後1時 ※いずれか1日の参加も可 ▶ところ 保健センター ▶対象 小学4～6年生 ※①は保護者の同伴が必要 ▶内容 ①朝市見学と調理実習、②パランスのよい朝ごはんの話と朝食作り(手づくりパン) ▶参加費 ①50円、②無料 ▶定員 いずれも30人(先着順) ▶申し込み・問い合わせ 電話で保健センター



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】

8月は保健センターでの集団接種はありません。

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8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

※祝日など休日は除く

保健センター	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	2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	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)				
	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)		7日(火)・21日(火)	午前10時～11時
		肝炎ウイルス検査(無料・予約制)		15日(火)	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)		1日(火)・15日(火)	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			
	飲用水・井戸水検査(有料・予約制)		6日(月)・13日(月)・20日(月)・27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		1日(火)	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、4日(土)・5日(日)・18日(土)・19日(日)です。

血圧測定 7日(火)・21日(火)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 10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18日(土)午後1時～2時(中山☎365-2164) ひとり親家庭相談 4日(土)・18日(土)いずれも午前10時～午後0時 さつき荘

休日診療

診療日 5日(日)・11日(祝)・12日(日)・19日(日)・26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 ◇18日(土)午前9時30分～11時◇初めての赤ちゃんを迎える妊婦と夫が対象◇育児の話、沐浴実習、臨床心理士の話など◇予約制
●離乳食講習会 ◇8日(火)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 ◇9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 2日(木)◇平成30年3月5日～4月4日生まれが対象 9月6日(木)◇平成30年4月5日～5月4日生まれが対象

●1歳6か月児健康診査 17日(金)◇平成29年1月(平成28年12月)生まれが対象

●2歳6か月児歯科健康診査 7日(火)◇平成28年1月(平成27年12月)生まれが対象

●3歳6か月児健康診査 22日(火)◇平成27年2月(1月)生まれが対象

母子健康手帳

保健センター・市役所市民窓口グループ・ニュータウン連絡所で交付します

健康手帳(市内でのがん検診などに必要)

保健センター・市役所高齢介護グループ・ニュータウン連絡所で交付します