

けんこうガイド

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 24日(休)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歳までの乳幼児 ▶内容 小児科医の話、スキンケアの方法、個別相談 ▶参加費 無料 ▶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



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ご覧ください。

【乳がん検診】▶とき ①7日(月)・②28日(月)・③2月14日(休)・④20日(休)・⑤3月6日(休)・⑥19日(火)・⑦22日(金) ①②③⑤⑦午前・午後、④午前、⑥午後 ※時間の指定はできません。①③⑤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 ▶費用 1,000円 ▶定員 ①②③⑤⑦57人/日、④⑥37人/日(いずれも先着順)

【子宮頸がん検診】▶とき 7日(月)・2月14日(休)・3月6日(休)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 ▶費用 1,000円 ▶定員 90人(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 ▶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

高血圧教室

▶とき ①2月1日(金)午前9時30分～11時30分、②8日(金)午前10時～午後1時(全2回) ▶ところ 保健センター ▶対象 医師から高血圧と指摘され、生活習慣改善に関心のある人 ▶内容 ①講演「血圧のしくみ」、「減塩と野菜摂取のヒケツ」、塩味感度チェック、②血圧測定実習、簡単減塩野菜調理の体験・試食 ▶参加費 無料 ▶定員 30人(先着順)



▶申し込み・問い合わせ 18日(金)までに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。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・口腔衛生検査など ▶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) ▶申し込み 実施医療機関へ直接 ▶問い合わせ 保健センター

大人の歯のお手入れ教室

▶とき ①2月7日(休)・②18日(月)いずれも午後1時～3時(全2回) ▶ところ 保健センター ▶内容 ①歯科健診、歯科医師の講演、ブラッシング実習、②歯科衛生士の講演、個別相談、ブラッシング実習 ▶参加費 無料 ▶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



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 17日(休)/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 9日(休)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11年1月2日～平成19年4月1日生まれの方は、20歳未満まで、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日生まれの方は、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(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	保健・栄養健康相談(予約制)	火曜日	※祝日など休日は除く 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	10日(休)	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～午後5時45分
	エイズに関する相談(電話相談も可)		月～金曜日	午前9時30分～午後5時
	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)	15日(火)	午前10時～11時
		肝炎ウイルス検査(無料・予約制)	16日(水)	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)	16日(水)	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)		7日(月)・15日(火)・ 21日(月)・28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		なし		

●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、5日(土)・6日(日)・19日(土)・20日(日)です。

血圧測定 15日(火)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 11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 19日(土)午後1時～2時(中山 ☎ 365-2164) ひとり親家庭相談 19日(土)午前10時～午後0時 さつき荘

休日診療

診療日 6日(日)・13日(日)・14日(祝)・20日(日)・27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てください ▶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 ◇25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 ◇助産師の話と呼吸法 ◇予約制 ●離乳食講習会 ◇16日(水)午前9時30分～11時 ◇離乳期の乳児の保護者が対象 ◇予約制 ●にこにこ歯みがき教室 ◇16日(水)午後1時30分～3時 ◇1歳6か月児健康診査を終了した幼児 ◇予約制 ●赤ちゃん広場 ◇15日(火)・22日(火)・29日(火)午後1時30分～3時 ◇平成30年5月5日～7月4日生まれが対象

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 10日(休) ◇平成30年8月5日～9月4日生まれが対象、2月7日(休) ◇平成30年9月5日～10月4日生まれが対象 ●1歳6か月児健康診査 18日(金) ◇平成29年6月(5月)生まれが対象 ●2歳6か月児歯科健康診査 8日(火) ◇平成28年6月(5月)生まれが対象 ●3歳6か月児健康診査 23日(水) ◇平成27年7月(6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