

けんこつガイド

HEALTH INFORMATION



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 18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
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 ☎367-1300

体操教室～貯筋体操で筋力アップ～

とき 25日(木)・12月2日(木)・13日(月)午前9時30分～11時30分(全3回)
ところ 市立公民館
内容 簡単にできる足腰の筋肉を鍛える体操、バランス力を高める体操など
参加費 無料 定員 15人(先着順)
申し込み 4日(木)から保健センターへ電話または直接
問い合わせ 保健センター ☎367-1300

大阪狭山市断酒会

アルコール依存症に悩んでいる人や家族が集まり、悩みや体験談を話し合います。

とき 毎週金曜日午後7時～9時 ところ 市役所南館・講堂(第2金曜日はSAYAKAホール)
対象 市内に住んでいる人
問い合わせ 福祉グループ ☎366-0011

野菜バリバリ・朝食モリモリ～朝ごはんを目覚ましスイッチを!!～

とき 12月11日(土)午前10時～午後0時(9時45分受付)
ところ 保健センター
対象 府内に住んでいる小学3～6年生
内容 食材カードを使って朝ごはんを考えるなど
講師 さやま地域活動栄養士会
参加費 無料 定員 12人(先着順)
持ちもの 筆記用具、飲みもの
申し込み・問い合わせ 電話で(公社)大阪府栄養士会事務局 ☎06-6943-7970

11月は「麻薬・覚醒剤・大麻乱用防止運動期間」

昨年、大阪府内における少年大麻事件の検挙者数は全国最多で、今年も増加の一途をたどるなど大きな社会問題となっています。SNSでは、「大麻はたばこやお酒より安全」といった誤った情報がありますが、薬物には強い依存性と心身への弊害があり、死に至ることもあります。「一度くらい大丈夫」という安易な気持ち危険です。正しい知識を持ち、誘われてもキッパリ断りましょう。
問い合わせ 黒山警察署 ☎362-1234

.....
ぺんぎんキッズクリニック(東茶屋木四丁目) ☎289-6665が子どもの予防接種協力医療機関に追加されました。
問い合わせ 保健センター ☎367-1300
.....

くすりの副作用が出たら、Pmdaにお知らせください
患者副作用報告

詳細は
患者副作用報告 検索



独立行政法人
Pmda 医薬品医療機器総合機構
厚生労働省

PMDAくすり相談窓口
☎03-3506-9457
月曜日～金曜日 午前9時～午後5時(祝日・年末年始を除く)

南河内南部広域小児急病診療体制

夜間急病診療
ところ 消防署(☎366-0055)で病院の紹介を受けてください
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」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
※受診する場合は、健康保険証・子ども医療証などを忘れずにお持ちください

☑午後4時～8時の小児急病診療体制について
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。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、当番病院へ行かれても受診できません

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
診療日 3日(祝)・7日(日)・14日(日)・21日(日)・23日(祝)・28日(日)
受付時間 午前9時～午後0時
ところ 大阪狭山市医師会休日診療所 ☎368-1110
東野東一丁目500-1(市循環バス・西北回りコース「東野中三丁目」下車)
問い合わせ 大阪狭山市医師会休日診療所 ☎368-1110

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]から #8000
固定電話[IP・ダイヤル
回線など]から 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]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

問い合わせ 消防署 ☎366-0055

成人歯科健康診査

年度内に1回受診できます。受診には予約が必要です。

対象 40～60歳・70歳の人 **内容** 問診・口腔(こうくう)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** 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、クーポン(送付された人のみ)、健康手帳 **申し込み** 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

各種検診

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。年度内に1回受診できます。受診には予約が必要です。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。

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確認してください。

予防接種

■集団接種【予約制】

とき 18日(休)午後1時50分～2時20分 **ところ** 保健センター **種類** BCG **持ちもの** 母子健康手帳、予防票、筆記用具 **申し込み** 10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)

子育てアプリ「さやまっ子」で予防接種のスケジュールを管理しよう



種 類	対象年齢
ロタ	ロタリックス/出生6週0日後(標準的には2か月)から出生24週0日後 ロタテック/出生6週0日後(標準的には2か月)から出生32週0日後
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(11～13歳未満)
BCG	1歳未満(標準的には5～8か月未満)
MR混合	1期(1～2歳未満)、2期(平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれ)
水痘	1～3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(9～13歳未満) ※平成13年11月2日～平成19年4月1日生まれの人、1期・2期の不足分の接種が可能(20歳に到達するまでに接種が必要)、平成20年11月2日～平成21年10月1日生まれの人、2期対象期間に1期不足分の接種が可能

健康相談

ところ・問い合わせ 保健センター ☎367-1300

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(祝日を除く)	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	4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 ☎0721-23-2681

こころの健康相談(予約制)	月～金曜日(祝日を除く)	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)		午前9時30分～午後5時
医療機関に関する相談		午前9時～午後5時30分
血液検査 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	17日(休)	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		

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)	8日(月)・29日(月)	午前9時30分～11時30分
腸内細菌検査(有料)		

母子健康手帳は、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)は、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

乳がん・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。

ところ 保健センター **費用** 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

■乳がん検診(マンモグラフィ)

40歳以上の女性が対象

と き	定員
1日(月)・7日(日)(※)・25日(休)・12月10日(金)午前・午後	60人

※平日に受診できない人もこの機会に受診してください。

1日(月)・12月10日(金)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受診できません

■子宮頸がん検診

20歳以上の女性が対象

と き	定員
1日(月)・12月10日(金)午後	90人

※生理中は受診できません

子どもの健康診査

■4か月児健康診査

とき 4日(休)・12月2日(休)午後
4か月ごろの乳児が対象

■1歳6か月児健康診査

とき 19日(金)・12月6日(月)午後
1歳6～8か月ごろの幼児が対象

■2歳6か月児歯科健康診査

とき 9日(火)・22日(月)午後
2歳6～8か月ごろの幼児が対象

■3歳6か月児健康診査

とき 24日(休)午後
3歳6～8か月ごろの幼児が対象

※詳しくは個別に案内を送付します。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



子どもの健康教室 (予約制)

■ママパパ教室

とき 27日(土)午前9時30分～11時30分
内容 育児の話、沐浴実習、臨床心理士の話など

■離乳食講習会

とき 10日(休)午前9時30分～10時30分、午前10時50分～11時50分
離乳期の乳児の保護者が対象

■にこにこ歯みがき教室

とき 5日(金)午前9時30分～11時30分
1歳6か月児健康診査を終了した幼児が対象

