



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。

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19年4月2日～平成24年4月1日生まれ)の女性

【キャッチアップ接種】

対象 平成9年4月2日～平成19年4月1日生まれの女性 ※平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれの女性は新たにキャッチアップ接種の対象となりました



定期接種・キャッチアップ接種における9価ヒトパピローマウイルスワクチン(シルガード9)の使用について

子宮頸がん予防のためのヒトパピローマウイルスワクチンについて、1日(出)から、2価ワクチン(サーバリックス)と4価ワクチン(ガーダシル)に加えて、9価ワクチン(シルガード9)も公費での接種が可能になりました。接種回数など、詳しくは市ホームページを確認してください。

【9価ワクチンの効果とリスクなど】

- 9価ワクチンを接種することで、子宮頸がんの原因の80～90%(2価・4価ワクチンは60～70%)を予防できます
- 接種を受けた部位の痛みや腫れ、赤みなどが起こることがあります。まれに、重いアレルギー症状や神経系の症状が起こることがあります
- すべてのワクチン接種には効果とリスクがあります。よく理解したうえで接種を検討してください

【既に2価または4価ワクチンを1回または2回接種している場合】

原則として、同じ種類のワクチンを接種することをおすすめしますが、医師と相談のうえ、途中から9価ワクチンに変更し、残りの接種を完了することもできます

問い合わせ 保健センター ☎367-1300

プレママ・プレパパほっとカフェ

妊娠中から子育てまでの気になるあれこれについて、知って、体験して、ほっとする時間を一緒に過ごしましょう。

とき 29日(祝)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夫 内容 「温活(冷え予防)」体験やむくみ対策、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 保健センター ☎367-1300へ電話または直接



風しんクーポン券で抗体検査が無料に

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日に生まれた男性に対し、風しんの抗体検査と予防接種を無料で受けることができるクーポン券を送付しています。抗体検査(採血)の結果、十分な量の風しんの抗体がないことが判明した場合、予防接種(原則としてMRワクチン)を受けることができます。

クーポン券を紛失した場合や転入した場合の再発行には、申請が必要です。

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

+ 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

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 堺市大阪狭山消防署 ☎366-0055

+ 休日診療

診療科目/内科
対象/15歳以上の人

診療日 2日(日)・9日(日)・16日(日)・23日(日)・29日(祝)・30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・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



豆乳スープ

～かんたん朝ごはんレシピ～

※作り方

①キャベツ、にんじんは食べやすい適当な大きさに切り、長ねぎは斜め切り、しめじは石づきを切り落として小房に分ける。ベーコンは5mm幅に切る ②鍋にオリーブ油を入れて加熱し、①のベーコンを入れて焼き色がつくまで炒め、残りの野菜を加えしんなりするまで炒める ③②にだし汁を加え、3分ほど煮る ④③に豆乳、みそを加え、沸騰直前まで火を通す



※材料(2食分)

ベーコン	2枚	1食当たり	
キャベツ	2枚	オリーブ油	小さじ1
にんじん	40g	だし汁	200cc
長ねぎ	40g	豆乳	200cc
しめじ	40g	みそ	小さじ2
		塩分	1.3g
		調理時間	15分



高齢者肺炎球菌ワクチンの接種費用の一部を助成

市では、高齢者肺炎球菌ワクチンの接種費用の一部を助成しています。

助成回数 生涯1回のみ **助成対象接種期間** 1日(土)～令和6年3月31日(日)

接種場所 市内の実施医療機関(保健センターだより、市ホームページを確認してください)

対象 ①市の住民基本台帳に記録されている昭和34年4月1日以前に生まれた人 ②市の住民基本台帳に記録されている60～64歳の人で、心臓・腎臓または呼吸器の機能障がいまたはHIV(ヒト免疫不全ウイルス)による免疫機能障がいにより、身体障がい者手帳1級もしくは同等程度の障がいを持つことがわかる医師の意見書を持つ人 ※平成24年4月1日以降に市の費用助成を受けた人は対象外 **自己負担額** 3,000円 ※市役所生活支援グループが発行する予防接種券を持つ人は無料 **持ちもの** 名前・生年月日を確認できるもの(健康保険証など)、健康手帳、②のみ身体障がい者手帳または医師の意見書

問い合わせ 保健センター ☎367-1300

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4時
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	6日(木)	午前10時～11時30分

電子メール(kenko@city.osakasayama.osaka.jp)による相談也可

ところ・問い合わせ 富田林保健所 ☎0721-23-2681・②③④☎0721-23-2683・⑤⑥☎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・匿名可) ※無料の場合あり		
④血液 エイズウイルス抗体検査(無料・匿名可)	5日(水)・19日(水)	午後1時30分～2時30分
検査 梅毒(有料・匿名可) ※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)	5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)	3日(月)・17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

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(自覚症状がある人は検診を待たず、医療機関を受診してください。勤務先などで同等の検診を受診できる人は受診できません)。受診には予約が必要です。受診を希望する人は、住所・名前・生年月日を確認できるもの(健康保険証や運転免許証、マイナンバーカードなど)、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・尿検・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

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** 住所・名前・生年月日を確認できるもの(健康保険証や運転免許証、マイナンバーカードなど)、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

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** 各1,000円 **申し込み** 3日(月)午前9時から電話で保健センター予約専用ダイヤル ☎367-6905。市申込フォームからも可



【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
25日(火)・5月23日(火)・6月8日(木) 午前・午後	60人

※25日(火)・5月23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
25日(火)・5月23日(火)午後	90人

※生理中は受診できません

献血

と き ①5日(水)・②30日(日)午前10時～午後0時・午後1時～4時30分 **ところ** ①コノミヤ狭山店(大野台二丁目) ②狭山池まつり