



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。



新型コロナワクチン接種情報

問い合わせ 保健センター ☎367-1300

5月8日時点の情報です。国の方針の見直しに応じて内容を変更する場合があります。最新情報は市ホームページなどで確認してください。



令和5年春開始接種を実施しています

8月31日(木)までに1回接種

	内容	
接種対象者	初回(1・2回目)接種が完了し、前回の接種から3か月以上経過した人で次のいずれかに該当する人 ①65歳以上の人 ②5～64歳以下の基礎疾患がある人 ③医療従事者や介護従事者など	春開始接種 詳しくはこちら
接種券の発送	①65歳以上の人/接種可能時期にあわせて順次発送 ②5～64歳以下の基礎疾患がある人・③医療従事者や介護従事者など/接種券の発送を希望する場合は、発行申請が必要 ※64歳以下で5回目の接種が完了した人には順次接種券を発送。ただし、接種日時点で②③に該当しない場合は接種できません	

5～11歳のオミクロン株対応ワクチンによる追加接種は8月31日(木)までです。

乳幼児(生後6か月～4歳)・小児(5～11歳)・12歳以上の1・2回目接種(乳幼児は3回で1セット)は、令和6年3月31日(日)まで継続して実施します。

●電話予約

午前9時～午後5時30分
土・日曜日、祝日など休日を除く

●インターネット予約

24時間(土・日・祝も予約可)



接種予約
サイト



予約手順
詳しい

大阪狭山市新型コロナワクチンコールセンター

☎0120-795-666

フリーダイヤルです。電話料金はかかりません

※ワクチン接種を受ける際には、感染症予防の効果と副反応のリスクについて、正しい知識を持ったうえで、本人の意思で接種を受けるか判断してください。本人の同意なく、接種が行われることはありません

+ 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 堺市大阪狭山消防署 ☎366-0055へ問い合わせてください
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。堺市大阪狭山消防署 ☎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、当番病院へ行っ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

大阪狭山市医師会休日診療所での診療は当面の間休止します

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



たことねぎのめた

～減塩レシピ～

❖つくり方(調理時間15分)

1 青ねぎは4cmに切り、しめじは石づきをとり小房に分ける。にんじんはピーラーで薄切りにし、ゆでだこは大きめのひと口大に切る **2** **1**の青ねぎ、しめじは2分、にんじんは1分ゆで、キッチンペーパーで水気を拭き取る **3** 白みそ、酢、砂糖、からし、食塩を混ぜ合わせ、**1**のゆでだこ、**2**の青ねぎとしめじをボウルで混ぜる **4** **3**を器に盛り、**2**のにんじんをそのうえに添える



❖材料(4食分)

ゆでだこ	200g	白みそ	大さじ1と1/3
青ねぎ	160g	酢	大さじ1と1/3
しめじ	1袋	砂糖	大さじ1
にんじん	30g	からし	小さじ2
		食塩	少々

1食当たり 87kcal、塩分 0.9g



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・尿尿・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** 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。市申込フォームからも可 ※7～9月実施分は1日(休)午前9時から受け付け



【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
8日(休)・7月13日(休)・25日(火)・8月10日(休)・9月26日(火)午前・午後	60人

※7月13日(休)・8月10日(休)・9月26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
7月13日(休)・8月10日(休)・9月26日(火)午後	90人

※生理中は受診できません

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



プレママ・プレパパほっとカフェ

妊娠中から子育て期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 10日(土)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

さやまっこ食育教室

とき 7月8日(土)午前9時45分～午後0時 **ところ** 保健センター **対象** 市内に住んでいる小学4～6年生・中学1～3年生 **内容** 災害時に役立つ「食」の知恵、備蓄食材を使った簡単な調理実習・試食(親子丼、切干大根サラダなど) **定員** 20人(先着順) **持ちもの** 筆記用具、エプロン、三角巾、タオル(手拭き用)、飲みもの **申し込み・問い合わせ** 電話で保健センター ☎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2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	1日(休)	午前10時～11時30分

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

ところ・問い合わせ 富田林保健所 ① ☎0721-23-2681・②③④ ☎0721-23-2683・⑤⑥ ☎0721-23-2684

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(電話相談也可)		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	7日(水)・21日(水)	午後1時30分～2時30分
④血液 エイズウイルス抗体検査(無料・匿名可) 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)	7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)	5日(月)・19日(月)	午前9時30分～11時30分
腸内細菌検査(有料)		

献血 | **とき** 20日(火)午前10時～午後0時、午後1時～4時30分 **ところ** 市役所