



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



新型コロナ
ワクチン
接種全般

9月12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。

生後6か月以上のすべての人に対して、オミクロン株XBB.1.5対応1価のワクチンの接種を行っています。

令和5年秋開始接種

追加接種可能なすべての年齢の人に1回接種

1・2回目(乳幼児は1～3回目)接種を完了した人で、前回接
種から3か月以上を経過したすべての人を対象に、令和6年3月

31日(日)までに1回接種を行います。※接種を希望する人は接種券
が必要です。市ホームページから接種券の発行申請ができます

●公的関与(接種勧奨および努力義務)の規定は、65歳以上の人や
基礎疾患のある人など、重症化リスクが高い人にも適用されます
●新型コロナワクチンとインフルエンザワクチンとの同時接種は可
能です ※インフルエンザワクチン以外のワクチンは、新型コロナ
ワクチンの接種日と前後13日以上の間隔を空ける必要があります

乳幼児(生後6か月～4歳)、小児(5～11歳)、12歳以上の
人の1・2回目接種(乳幼児は1～3回目)は、令和6年3月
31日(日)まで継続して実施します。初回接種にもXBB.1.5対応
1価のワクチンを使用します。

●電話予約 大阪狭山市新型コロナワクチンコールセンター

午前9時～午後5時30分(土・
日曜日、祝日など休日を除く)

0120-795-666

フリーダイヤルです。電話料金はかかりません

●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



詳しい
予約手順

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

歯とお口の健康教室

とき ①12日(休)午後1時30分～3時、②23日(月)午後1時～3
時(全2回。②は1人30分) ところ 保健センター 対象 市
内に住んでいる40～74歳の人 内容 ①歯科健診、歯科医師・
歯科衛生士による講演 ②歯科衛生士による個別相談 定員 12
人(先着順) 申し込み・問い合わせ 電話で保健センター ☎367-
1300

プレママ・プレパパほっとカフェ

とき 21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 助産師に
よる温活(冷え予防)体験、おなかの赤ちゃんとのコミュニケー

ションなど 定員 15人(先着順) 申し込み・問い合わせ 保健
センターへ電話または直接 ☎367-1300

日曜日に大腸がん検診・乳がん検診を実施

とき・内容 11月5日(日)①午前10時～午後0時・午後1時～3時/
大腸がん検診、②午前9時45分～午後0時・午後0時50分～2時
10分/乳がん検診 ところ 保健センター 対象 市内に住んで
いて、今年度該当するがん検診を受診していない40歳以上の人 ※
②は女性のみ 費用 ①500円 ②1,000円 定員 ①200人、②
60人(先着順) 申し込み ①25日(休)までに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 ②市申込フォームから
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 持ちもの/健康保険証・子ども医療証

**+ 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

+ 午後4時～8時の小児急病診療体制

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

大阪の医療機関を探したいとき
大阪府救急医療情報センター

06-6693-1199

インターネットでも探せます
大阪府医療機関情報システム



📞 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】 **#8000**

固定電話【IP・ダイヤル回線など】 **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】 **#7119**

固定電話【IP・ダイヤル回線など】 **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



焼きししゃものマリネ ～カルシウムたっぷりレシピ～

◆つくり方

①材料が入るくらいの袋にAを入れる ②たまねぎは薄切り、ピーマンは千切りにした後、電子レンジ(600w)で1分加熱する。ミニトマトは半分に切る ③①に②を漬けて少しもみ込む ④フライパンにオリーブ油を入れて、ししゃもを両面こんがり焼く ⑤③に④のししゃもを入れて15分程置き、全体に味をなじませた後、皿に盛る



◆材料(4人分)

ししゃも	12尾	A	酢	大さじ2
たまねぎ	120g		砂糖	小さじ2
ピーマン	2個		塩昆布	8g
ミニトマト	8個		オリーブ油	小さじ2

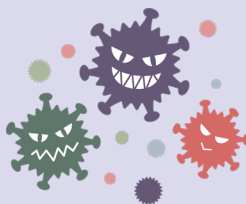


健康大阪さやま 21
×
食育ひろば

1食当たり 128kcal、塩分 1.1g、カルシウム 191mg、たんぱく質 10.6g 調理時間約 25分

ノロウイルスに注意！ 問い合わせ 富田林保健所衛生課 ☎0721-23-2682

ノロウイルスによる感染症や食中毒の多くは、11～2月に発生します。食品からの感染経路としては、感染した人が調理などをして汚染された食品を食べた場合や、ウイルスが蓄積した加熱不十分な二枚貝などを食べた場合などが考えられます。食後1～2日で嘔吐や下痢、腹痛などの症状が出てきて、幼児や抵抗力の落ちている人は症状が重くなることがあります。次の点に注意して、予防しましょう。



●持ち込まない/帰宅後、トイレの後、調理の前に石けんで手を洗う ●広げない/吐物などを処理する場合は、使い捨てのマスク、手袋、エプロンをつけて、塩素系漂白剤で広い範囲を拭き取る ●加熱する/食材、特に二枚貝は中心まで加熱する(中心温度90℃で1分半) ●つけない/調理済みの食品は素手で触らない

健康相談

ところ・問い合わせ 保健センター ☎367-1300 ※祝日など休日を除く

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	5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 ① ☎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日(水)・18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)	4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)	2日(月)・16日(月)	午前9時30分～11時30分
腸内細菌検査(有料)		

献血

とき ①10日(火)・②31日(火)午前10時～午後0時・午後1時～4時30分
ところ ①市役所 ②コノミヤ狭山店(大野台二丁目)

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・検尿・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、送付された人のみ成人歯科健康診査無料クーポン 申し込み 保健センターだよりに記載の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

【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
12日(木)・24日(火)・11月5日(日)・28日(火)・12月5日(火)午前・午後	60人

※11月28日(火)・12月5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
11月28日(火)・12月5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

