

※申込みは原則1日から受付開始
※特に記載のない場合、対象は市内
在住者、申込み不要

保健福祉課 ☎06 (6383) 1386
保健センター ☎06 (6381) 1710
茨木保健所 ☎072 (624) 4668

お知らせ/募集
相談
健康
公民館・スポーツ文化
図書館
施設催し/教育ほか
福祉
産業振興
子育て
地域活動/ごみ・資源

お知らせ/募集
相談
健康
公民館・スポーツ文化
図書館
施設催し/教育ほか
福祉
産業振興
子育て
地域活動/ごみ・資源

◆ 応急診療

◎市立休日小児急病診療所

問合せ ☎072 (633) 1171

場所 香露園 32-19

診療科目 小児科 (中学生以下)

診療時間 日曜・祝日および

12/31~1/3 = 午前10時~11

時半、午後1時半~4時

※受付は診療開始30分前から



市立休日小児急病診療所

◎高槻島本夜間休日応急診療所

問合せ ☎072 (683) 9999

場所 高槻市南芥川町 11-1

診療科目 内科、小児科、外科

診療時間 ▽日曜・祝日および年

末年始 = 午前10時~12時、午

後2時~5時、午後7時~翌朝7

時▽平日 = 午後9時~翌朝7時▽

土曜日 = 午後3時~翌朝7時

※歯科は、日曜・祝日および年

末年始の午前10時~12時、午

後2時~5時

※受付は診療時間終了30分前

まで

■ 保健センターのセット健診~健康診査+がん検診~

健康診査 (特定健診・後期高齢者健診) とがん検診 (胃・大腸・肺・前立腺)、骨粗しょう症検診、ピロリ菌検査とのセットでの健診が可能です。

実施日 セット健診▽午後プラン = 9月2日(水)・7日(月)▽午前プラン = 9月1日(火)~7日(日) (日除く)

対象 ▽16~39歳 (午後プランのみ受診可) ▽40~74歳で、特定健診受診券を持つ人 (加入の医療保険によって受診できない場合あり) ▽40歳以上で、ご加入の医療保険の異動があった人や生活保護受給者など▽後期高齢者医療の被保険者

Table with 3 columns: 種類, 内容 (対象), 費用. Rows include 午後プラン (健康診査, がん検診), オプション (骨粗しょう症検診, 前立腺がん検診, etc.)

申込み 8月6日(木)までに、封書またははがき (一人1枚) に、①希望プラン (午前または午後)、オプション申込内容②希望健診日 (第1・第2希望) ③氏名 (ふりがな) ④生年月日⑤住所⑥電話番号⑦40歳以上はご加入の保険者 (名称)・受診券整理番号を書いて、〒566-0021 南千里丘5-30 保健センター健診申込み係へ (必着・抽選) ※同センターホームページからも申込み可

■ 集団がん検診

会場 保健センター

申込み 電話または同センターホームページから

Table with 4 columns: 検診・検査, 費用, 対象, 実施日. Rows include 大腸がん, 肺がん, 骨粗しょう症, 胃がん, 乳がん, 子宮頸がん.

※喀たん検査を受ける場合、別途700円要

その他のがん検診などの日程については、保健センターまでお問合せください。

■ 個別がん検診

会場 ①大阪がん循環器病予防センター②済生会吹田病院

種類 ①保健センターと同じ (上表の骨粗しょう症は除く)

②乳がん検診、子宮がん検診

費用・対象 ①②保健センターのがん検診と同じ

場所 ①大阪市城東区森之宮 1-6-107 (JR・地下鉄森ノ宮駅から徒歩2分) ②吹田市川園町 1-2

申込み ①保健福祉課②予約センター06 (6382) 1516

(受付時間は平日午後2~5時) へ (子宮頸がん検診は予約不要) (※子宮頸がん検診は摂津市・茨木市・吹田市内委託医療機関でも実施)

※いずれも土・日・祝日は実施しません

■ 茨木保健所の検査・相談

申込み 同保健所 (茨木市大住町 8-11) へ

※日程などについては、同保健所ホームページか電話にてお問合せください

Table with 2 columns: 検査・相談, 実施日など. Rows include B型・C型肝炎ウイルス検査, エイズ/HIV抗体検査, こころの健康相談, 医療機関に関する相談.

※いずれも土・日・祝日は実施しません

◆ 健康相談

保健師や栄養士が健康相談に応じます

日時 8月25日(火)午前9時半~11時半

場所 保健センター

申込み 同センターへ・☎可

子宮頸がん予防ワクチン 接種は慎重に判断を

子宮頸がん予防ワクチンには、子宮頸がんの原因となるウイルスに感染することを防ぐ効果があります。

接種を希望する人や保護者は、ワクチンの有効性や安全性などを十分理解した上で、接種について判断しましょう。

● 接種対象年齢・回数

小学6年生相当 (平成20年4月2日生まれ) ~高校1年生相当 (平成17年4月1日生まれ) の女性・計3回※標準的な接種期間は中学1年生

問合せ 出産育児課へ

ホームページでも情報をチェック!



8月10日は「健康ハート」の日

8月10日は心臓病の予防意識向上を目指す日です。心臓病の原因は、生活習慣と深く関係しており、全世代で注意が必要です。

特に夏の心筋梗塞は発汗・脱水が原因で発症しやすく、50歳未満の若い世代に多いことが特徴です。

● こんな生活習慣は注意

▽喫煙▽過食▽運動不足▽甘いものの取りすぎ▽ストレス過多▽塩分の取りすぎ

市では、国立循環器病研究センターと連



携し、心筋梗塞で亡くなる人を減らす取り組み (STOP MI キャンペーン) を実施しています。

問合せ 保健福祉課へ

暑い時期に運動不足を防ぐ工夫

問合せ 保健福祉課へ

暑い季節はつい運動を避けたいもの。とはいえ、クーラーが効いた部屋に閉じこもってばかりでは運動不足になり足腰の筋力が衰えてしまいます。



家の中で体操や、朝や夕方の涼しい時間帯にウォーキングをしませんか。

市では、家の中でできる体操 (摂津みんなで体操四部作・せつ脳トレ体操) のDVDを配布しています。希望者は保健福祉課・高齢介護課へ

ウォーキングでは熱中症・感染症予防を

▽屋外で、人と十分な距離 (少なくとも2m以上) が確保できる場合は、マスクをはずす

▽マスク着用時は、強い負荷の運動は避け、のどが渇いていなくてもこまめに水分補給をする (一般的に、食事以外に1日当たり1.2ℓの水分の摂取が目安)

▽周囲の人と距離を十分にとれる場所で、適宜、マスクをはずし休憩する

▽家に帰ったらまず手や顔を洗い、できるだけすぐにシャワーを浴びて着替える

▽日頃の体温測定、健康チェックは、新型コロナウイルス感染症だけでなく、熱中症予防にも有効