

健康

◆うきうきせつつウォーキング  
「うきうき夢街道千里丘・健都コース7.1km」(ジョイントコース4.3km) 5月1日(月)午前9時15分に、集合・解散場所は保健センター横※受け付けは午前9時から/駐輪場なし、近隣の有料駐輪場を利用/当日の午前7時時点のNHK天気予報で大阪府の午前の降水確率が50%以上の場合は中止※詳細は市ホームページへ/当日、メモ用紙に住所、氏名、年齢、電話番号、性別、当日朝の体温、参加回数を書いて持参※会話時のマスク着用推奨・飲み物持参※健幸マイレージ対象/問合せは保健福祉課へ

◆トワイライトエクササイズ講座  
①木曜しつかり運動! 脂肪燃焼コース(サイキットレーニングなど) 5月18日~10月5日②金

曜体幹トレーニングコースA(ピラティスなど) 5月19日~10月6日③金曜運動いろいろチャレンジコースB(さまざまな有酸素運動など) 5月26日~10月13日/いずれも午後7時~8時15分に、保健センター(各計10回)/対象はいずれも概ね40~64歳/定員各20人※市内在勤可/費用各4千円/要申込み(同センターへ・可・先着)

5月31日は、世界禁煙デー

5月31日は世界禁煙デーです。市では、「摂津市健康づくり推進条例」に基づき、屋外共用スペースでの喫煙行為を禁止する地区の指定など、望まない受動喫煙を生じさせない環境づくりを進めています。

近年、加熱式たばこや電子たばこといった新型たばこが急速に広がっています。これらによる健康リスクについては、データが不十分であり、現時点では明らかになってはませんが、健康被害を起こす恐れは否定できません。

この機会に禁煙にチャレンジしませんか。問合せ 保健福祉課へ

市ホームページ▶



■ 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(先着)

検診・検査	費用	対象	実施日
大腸がん	500円	40歳以上(骨粗しょう症のみ16歳以上)	6月19日④・25日④ 午前9時~11時
肺がん	無料★	40歳以上(骨粗しょう症のみ16歳以上)	6月13日④・25日④ 午前9時半~11時半
骨粗しょう症	500円	40歳以上(骨粗しょう症のみ16歳以上)	6月25日④ 午後1時~3時
胃がん	900円	40歳以上(骨粗しょう症のみ16歳以上)	
乳がん	700円	40歳以上(骨粗しょう症のみ16歳以上)	
子宮頸がん	600円	20歳以上(骨粗しょう症のみ16歳以上)	

★喀たん検査を受ける場合、別途700円が必要  
令和6年3月実施分まで受付中。日程は健康づくり年間日程表、同センターホームページでご確認ください。 問合せ 同センターへ

■ 個別がん検診 費用、対象は上記と同じ

対象がん	問合せ・申込み先
胃・大腸・肺・乳・子宮頸がん	大阪がん循環器病予防センター(完全予約制) 大阪市城東区森之宮1-6-107 ※受診希望の人は事前に保健福祉課へ電話
乳がん	大阪府済生会吹田病院 ☎ 06(6382)1516 サンタマリア病院 ☎ 072 (646) 5272 田中病院 ☎ 072 (635) 5831 谷川記念病院 ☎ 072 (622) 3833 ※詳細は市ホームページへ
子宮頸がん	市内受託医療機関、吹田市・茨木市受託医療機関 ※受託医療機関は市ホームページ、健康づくり年間日程表を見て直接申込み(大阪府済生会吹田病院は予約不要)

■ 茨木保健所の検査・相談

申込み 同保健所(茨木市大住町)へ  
※日程など詳細については、同保健所ホームページか電話にてお問合せください

検査・相談	実施日など
エイズ/HIV抗体検査(即日検査、無料・匿名で受検可、希望者には梅毒即日検査も実施)	第1・2・4木曜日 午前9時半~10時半 ※4日④除く
こころの健康相談(うつ病・統合失調症・認知症・依存症などの精神的な病気、ひきこもり相談)	予約制(④・⑤・⑥除く)
医療に関する相談(安心して医療が受けられるようサポート)	平日午前9時15分~12時15分・午後1時~4時

■ 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、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 ▽セット健診午前プラン(受付:午前8時50分~11時)=6月1日(休)~9日(金)(土日除く) ▽セット健診午後プラン(受付:午後1時半~3時)=6月1日(休)・5日(月)

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

種類	内容(対象)	費用
午後プラン	健康診査=内科診察、血液・尿検査、身体・腹囲・血圧測定、※医師の指示により、心電図・眼底検査	無料※加入の医療保険によっては一部自己負担あり
	肺がん検診=胸部直接撮影(40歳以上)、必要な人には喀たん検査(50歳以上)	無料、喀たん検査は700円
	大腸がん検診(40歳以上) 胃がん検診(40歳以上)	500円 900円
午前プラン	骨粗しょう症検診(16歳以上)	500円
	前立腺がん検診(50歳以上の男性) ピロリ菌抗体検査(20歳~60歳)	2,000円 500円
	大腸がん検診(40歳以上) ※午前プランには含まれているためオプション申込み不要	500円

申込み 5月8日(月)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・年齢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係へ(必着・抽選) ※同センターホームページからも申込み可

◆ 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月31日~1月3日=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

※発熱のある人は事前連絡のうえ、受診してください

※診療の結果、二次医療機関への紹介が必要となる場合があります。時間に余裕を持ってお越しください

◎高槻島本夜間休日応急診療所

問合せ ☎ 072 (683) 9999

場所 高槻市八丁西町1-10

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

歯科健診が始まります

40歳以上の人は、自費で受けると約6千円する歯科健診が、5月1日~来年3月31日までの間に1回、ワンコイン(500円)または無料で受けられます。口腔環境に不安のない人も、しばらく歯科健診を受けていない人は、ぜひこの期間に受けましょう。

●成人歯科健診

対象 40~74歳の市民(生活保護受給者は年齢上限なし)

費用 500円(免除者あり)

※費用免除者などの詳細は、右記QRへ

問合せ 保健福祉課へ



●後期高齢者歯科健診

対象 大阪府後期高齢者医療制度加入者

費用 無料 問合せ 国保年金課へ

◆みんないきいきよい歯の健康展

歯と口の健診・相談、歯みがき指導が無料  
6月4日④午前10時~午後3時

保健センターで開催

5月はギャンブル等依存症問題啓発月間

本人の意思や性格に関係なく、誰でもギャンブルなどの依存症になる可能性があります。あなた自身やあなたの周りの方で、悩んでいる人はいませんか。本人や家族だけで抱え込まず、まずはご相談ください。 ※詳しくは、大阪依存症包括支援拠点のホームページ(下記QR)へ



問合せ

大阪府こころの健康総合センター

☎ 06 (6691) 2818

茨木保健所

☎ 072 (624) 4668

お知らせ/募集  
相談  
健康  
公民館・コミュニティ  
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・コミュニティ  
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