

お知らせ

新型コロナウイルス ワクチン接種情報

市では、国の方針に基づき、新型コロナウイルスワクチン接種を実施しています。最新の情報や各接種の詳細は、市ホームページ(左記QR)をご確認ください。 ※令和5年度も自己負担なしで接種可※実施期間



健康相談

◆健康相談 8月22日(火)午前9時半～11時半に、保健センターで要申込み(同センターへ可)



は令和6年3月31日まで  
問合せ 保健福祉課へ



「摂津市健幸マイレージ」は、楽しみながら健康づくりができる取り組みです。参加するには事前に申込みが必要です。「活動量計」もしくは「スマートフォン」から参加できます。歩数の計測や健康診断の受診、うきうきせつウォーキング(月1回開催※8・9月を除く)、市民公開講座などの対象イベントへの参加でポイントが貯まり、一定のポイントごとに参加賞がもらえます。

歩数の計測は、歩数データの送信が必要!

▷活動量計の場合 市内のデータ送信場所もしくは全国のローソン・ミニストップの店頭端末[Loppi(ロッピー)]から歩数データを送信

▷スマホの場合 “ヘルスプラネットウォークアプリ”を起動し画面左上部にあるデータ送信アイコンで歩数データを送信

令和5年度の健幸マイレージへの参加は、令和6年2月末まで。20歳以上の市民の方なら参加可能です。奮ってご参加ください。

※歩数データの送信方法、申込方法は右記QRへ  
問合せ 保健福祉課



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	9月15日(金) 午前9時～11時
肺がん	無料★	(骨粗しょう症のみ16歳以上)	※胃がん・骨粗しょう症は定員に達したため、受付を終了しました
骨粗しょう症	500円		
胃がん	900円		
乳がん	700円	40歳以上で奇数月生まれの人	9月13日(水)・24日(日) 午前9時半～11時半・午後1時～2時半 ※13日(水)は午前のみ
子宮頸がん	600円	20歳以上で奇数月生まれの人	9月13日(水) 午後1時～3時

★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
こころの健康相談(うつ病・統合失調症・依存症・認知症などの精神的な病気、ひきこもり相談)	予約制(☎・☎・☎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) = 9月1日(金)～8日(金)(土除く) ▽セット健診午後プラン(受付:午後1時半～3時) = 9月4日(月)・6日(水)

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)	500円
午前プラン	胃がん検診(40歳以上)	900円
	骨粗しょう症検診(16歳以上)	500円
申込みで受診可(オプション)	前立腺がん検診(50歳以上の男性)	2,000円
	ピロリ菌抗体検査(20歳～60歳)	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 8月4日(金)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係へ(必着・抽選) ※同センターホームページからも申込み可

胸痛や胸部圧迫が続く場合は119番を



心筋梗塞は、発症すれば死に至る可能性の高い病気ですが、前兆(前ぶれ)の段階で治療すれば発症を予防できます。

- 次の症状があれば、循環器専門医への受診を!
- 今までに経験のない胸の痛みや圧迫感、胸焼け
  - 数分～10分程度で完全に消失する
  - 繰り返すことが多い
  - 歩行や階段で増強することもある

市は、国立循環器病研究センターと連携し、「STOP MIキャンペーン」のモデル地区として活動しています。

問合せ 保健福祉課へ

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

8月10日は「健康ハートの日」

心臓病の原因は、生活習慣と深く関わっており、高齢者のみならず働く世代も注意が必要です。「健康ハート10カ条」は、心臓病だけではなく、他のさまざまな生活習慣病を防ぐうえでも役立ちます。日ごろから心がけてみましょう。

健康ハート10カ条

- ① 血圧とコレステロールを正常に。
- ② 脂肪の摂取は、植物性を中心に。
- ③ 食塩は調理の工夫で、無理なく減塩。
- ④ 食品は、栄養バランスを考えて。
- ⑤ 食事の量は、運動量とのバランスで。
- ⑥ つとめて歩き、適度な運動。
- ⑦ ストレスは、工夫をこらして上手に発散。
- ⑧ お酒の量は、自分のペースでほどほどに。
- ⑨ タバコは吸わない。頑固に禁煙。
- ⑩ 定期検診をすれずに。(毎年一度は健康診断)

問合せ 保健福祉課へ



お知らせ  
募集  
相  
談  
健  
康  
公民館  
センター  
・ス  
ポ  
ー  
ト  
化  
ツ  
図  
書  
館  
施設  
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  
センター  
・ス  
ポ  
ー  
ト  
化  
ツ  
図  
書  
館  
施設  
教育  
ほ  
か  
福  
祉  
産  
業  
振  
興  
子  
育  
て  
地  
域  
活  
動  
ご  
み  
・  
資  
源