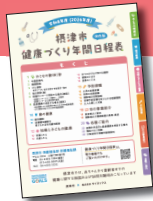


＼ 定期的に受けましょう！  
市の健（検）診



詳細は4月に配布している健康づくり年間日程表をご確認ください。各公共施設などでも配架しています。



**申込方法**  
保健センターへ☎ 06 (6381) 1710

**窓口**  
保健センター 窓口へ

**WEB**  
保健センター 申込フォームへ

**〒**  
〒566-0021 南千里丘 5-30 保健センター健診申込係」へはがきを郵送

■保健センターのセット健診～健康診査+がん検診～

【対】 ① 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）  
② 後期高齢医療制度対象者 ③ 40歳以上で、加入の医療保険の異動があった人・生活保護受給者など ④ 健診を受ける機会がない16～39歳（午後プランのみ）



| プラン   | 実施日                         | 内容                 | オプション<br>※費用・対象は下記と同じ          | 申込み                  |
|-------|-----------------------------|--------------------|--------------------------------|----------------------|
| 午前プラン | 9/1 ㊄～8 ㊄※㊄除く<br>8:50～11:00 | 健康診査・胃がん・肺がん・大腸がん  | 骨粗しょう症・前立腺がん※ピロリ菌と肝炎は受診歴がない人のみ | 8/5 ㊄までに<br>窓口 WEB 〒 |
| 午後プラン | 9/2 ㊄・4 ㊄<br>13:30～15:00    | 健康診査・肺がん・希望者のみ大腸がん |                                |                      |

■保健センターの集団がん検診等



| 内容     | 費用     | 対象                           | 実施日                                      | 申込み      |
|--------|--------|------------------------------|------------------------------------------|----------|
| 胃がん    | 900円   | 40歳以上（骨粗しょう症のみ16歳以上）         | 9/9 ㊄・27 ㊄<br>9:00～11:00                 | ☎ 窓口 WEB |
| 大腸がん   | 500円   |                              |                                          |          |
| 肺がん    | 無料     |                              |                                          |          |
| 骨粗しょう症 | 500円   | 50歳以上・男性<br>20～60歳<br>40～74歳 | 「セット健診」で健康診査と同時受診の場合のみ※ピロリ菌と肝炎は受診歴がない人のみ | オプシ<br>ン |
| 前立腺がん  | 2,000円 |                              |                                          |          |
| ピロリ菌   | 500円   |                              |                                          |          |
| 肝炎     | 無料     |                              |                                          |          |

| 内容           | 費用     | 対象              | 実施日                                                        | 申込み |
|--------------|--------|-----------------|------------------------------------------------------------|-----|
| 乳がん          | 700円   | 40歳以上で偶数月生まれ・女性 | 9/9 ㊄<br>9:30～11:30<br>9/18 ㊄<br>9:30～11:30<br>13:00～14:30 | ☎   |
| 子宮頸がん        | 600円   | 20歳以上で偶数月生まれ・女性 | 9/18 ㊄<br>13:00～15:00                                      | 窓口  |
| 乳がん・子宮頸がんセット | 1,300円 | 40歳以上で偶数月生まれ・女性 | 9/3 ㊄<br>13:00～15:30                                       | WEB |

■個別健（検）診【対】【費】「保健センターの集団がん検診等」と同じ※はなまる歯科健診以外【問】各医療機関へ

| 特定健診・後期高齢者健診 | 乳がん・子宮頸がん・前立腺がん検診<br>ピロリ菌・肝炎検査    | 胃がん・大腸がん・肺がん・乳がん・子宮頸がん検診                | はなまる歯科健診                             |
|--------------|-----------------------------------|-----------------------------------------|--------------------------------------|
|              | 【他】肝炎検査は特定健診と同時受診の場合のみ、それ以外は単独受診可 | 【場】大阪がん循環器病予防センター（大阪市城東区）<br>【申】保健福祉課へ☎ | 【対】18～74歳の市民※治療中の人を除く<br>【費】無料※年度内1回 |

■応急診療 ※診療は受付開始30分後からです ※時間に余裕を持ってお越しください

| 施設名                                                      | 対 象                         | 日 時                                                                                      | 場 所         | 問合せ             |
|----------------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------------|
| 市立休日小児急病診療所<br>※診療後、二次医療機関への紹介が必要となる場合あり                 | 小児科（中学生以下）                  | ㊄・㊄および12/31～1/3の9:30～11:30、13:00～16:00                                                   | 摂津市香露園32-19 | ☎072 (633) 1171 |
| 高槻島本夜間休日応急診療所<br>※① 歯科は㊄・㊄および年末年始の9:30～11:30、13:30～16:30 | ▷内科<br>▷小児科<br>▷外科<br>▷歯科※① | ▷㊄・㊄および年末年始の9:30～11:30、13:30～16:30、18:30～翌朝6:30※①<br>▷平日＝20:30～翌朝6:30<br>▷㊄＝14:30～翌朝6:30 | 高槻市八丁西町1-10 | ☎072 (683) 9999 |

【対】対象者 【時】日時 【場】場所 【定】定員 【費】費用 【持】持ち物 【他】その他 【申】申込み 【問】問合せ先

※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

茨木保健所  
わくわく「うわさ」フェスティバル



子どもから大人まで、まちや健康について、楽しみながら学べるコーナーが盛りだくさんのイベントです

【対】 摂津市・茨木市・島本町の在住者・在勤者  
【時】 8/19 ㊄ 10:00～15:00  
【場】 イオンモール茨木1階・ジョイプラザ  
【他】 「うわさプロジェクト」のアーティスト・山本耕一郎さんのワークショップも開催予定

保健センター  
健康相談

健康診査の結果などに基づき、保健師や栄養士が身体の健康についての相談に応じます（要予約）

【時】 8/25 ㊄ 9:30～11:30 【場】 保健センター  
【費】 無料 【申】 ☎可

コラム1

8月10日はハートの日



胸痛や胸部圧迫感が続く場合は119番を

摂津市 STOP MI（心筋梗塞）  
キャンペーン 問合せ 保健福祉課へ

市では平成29年度から国立循環器病研究センターと連携し、「STOP MI（心筋梗塞）キャンペーン」を実施しています。心筋梗塞は高齢者だけでなく、働く世代も油断できない病気です。特に暑い夏は、発汗による脱水が引き金になることも。こまめな水分補給とともに、日ごろから生活習慣（禁煙、適度な運動、減塩など）を見直しましょう。

こんな症状はありませんか？

心筋梗塞は、前兆の段階で対処すれば発症を予防できます。以下の症状があれば、すぐに循環器専門医を受診してください。  
・今までに経験のない胸の痛みや圧迫感、胸焼け  
・数分～10分程度でおさまる  
・同じような症状を繰り返す  
・歩行や階段の上り下りで症状が強くなる

秋のイベントをお楽しみに！

10月に、このキャンペーンのイベントを企画中です。詳細は「広報せつつ」でお知らせします！

コラム2

100歳まで歩こう！  
お家でできる家トレ



いつまでも自分の足で元気に歩けるよう「正中線（体の中心線）」に重心を乗せて立つ・歩くコツを学び、家でも簡単にできるトレーニングを体験しませんか？足指の動かし方から骨盤底筋のケアまで、専門的な内容を分かりやすくお伝えします。

【定】 60人（先着順）  
【持】 室内シューズ・タオル・飲み物  
【申】 味舌体育館☎06 (7507) 2746  
申込フォーム（右記QR）からも可



9月11日(金)  
9:45～11:45

参加費  
無料



味舌体育館



味舌・味生体育館  
専属トレーナー  
高橋 弘幸さん



「正中線に重心を乗せて立つ、そして歩く」講座、足指体操、骨盤底筋を意識した「すり足歩行」などの実践トレーニングなど

【対】対象者 【時】日時 【場】場所 【定】定員 【費】費用 【持】持ち物 【他】その他 【申】申込み 【問】問合せ先