



新型コロナウイルスワクチン接種の予約について

6月末に16歳から64歳までの人にも接種券を発送しました。下表のとおり接種を進めます。

接種スケジュール（16歳～64歳の人）

ワクチン接種の対象者（摂津市民）	1回目接種時期の目安
基礎疾患を有する人	実施中（40～64歳）
高齢者・障害者施設などの従事者	集団接種の次回予約は7月13日（火）
保育所・幼稚園・認定こども園・学童保育の従事者	から開始（16～64歳）。
上記以外の16歳～64歳の人	8月以降順次 年齢の高い人から順に接種。 予約などの詳細は、郵便で個別に案内しますので、お待ちください。

※ 65歳以上高齢者の接種も引き続き実施しています。

集団接種会場の予約

◆場所◆

▽市民文化ホール(香露園 32-19) ▽別府コミュニティセンター（別府 2-10-21）
▽保健センター（南千里丘 5-30） ▽新鳥飼公民館（鳥飼本町 1-9-45）

◆予約開始日◆

7/17（土）～8/5（木）の接種（約1,800回）⇒7/13（火）午前8時45分から予約開始

※ 予約終了後、続けて100人程度の予約待機者の受け付けをします。

◆予約◆

LINEで予約

- ① 摂津市LINE公式アカウントのトーク画面メニューにある「新型コロナウイルスワクチンの予約」をタップ
- ② 予約フォームに「接種券番号」「生年月日」などを入力
- ③ カレンダーから空いてる日時を選択
- ④ 予約内容の確認画面で、入力内容を確認
- ⑤ 予約した情報がトーク画面に通知として残ります



友だち登録はこちら

電話で予約

摂津市コロナワクチンコールセンター 電話：06-6170-2762
受付時間 午前8時45分～午後5時15分 祝日・振替休日を除く

【お問い合わせ】 摂津市コロナワクチンコールセンター 電話：06-6170-2762

特定健康診査・後期高齢者健康診査のご案内

特定健康診査・後期高齢者医療健康診査を受けることは、病気の早期発見のために、とても大切です。毎年受けることで体の変化に気づき、自覚症状のないうちに対処することで健康維持ができます。1年に1度、必ず受診しましょう。



医療保険ごとの健康診査について

加入保険	摂津市 国民健康保険	後期高齢者医療制度	その他の 医療保険
健康診査の名称	特定健康診査	後期高齢者医療健康診査	ご加入されている 医療保険にて ご確認ください
対象年齢	40～74歳	75歳以上	
内容	生活習慣病予防を目的とした健康診査 (身体測定、血圧測定、内科診察、腹囲測定、 血液検査、尿検査など)		
受診券の色	ピンク色	白色	
受診券送付時期	4月下旬	4月末	
受診費用	無料		
受診できる場所 予約方法	①摂津市保健センター（集団）⇒ ハガキ、Web ②大阪府内実施医療機関（個別）⇒ 電話		

受診券を紛失した場合は再発行しますので、下記のお問い合わせ先へご連絡ください。

摂津市のがん検診

無料クーポン対象者、後期高齢者医療保険証をお持ちの方などは検診費用が無料になります。

種類	対象	自己負担額	実施場所
胃がん検診	受診日において40歳以上の市民の方	900円	市立保健センター
大腸がん検診	※1年度に1回受診	500円	大阪がん循環器病予防センター
肺がん検診	※肺がん検診にて検査基準該当の方に 喀たん検査実施可能	無料 700円 <small>喀たん</small>	
乳がん検診	受診日において40歳以上の市民の方 ※女性のみ2年度に1回受診 今年度は奇数月生まれの方が対象	700円	市立保健センター 大阪がん循環器病予防センター 済生会吹田病院
子宮頸がん 検診	受診日において20歳以上の市民の方 ※女性のみ2年度に1回受診 今年度は奇数月生まれの方が対象	600円	市立保健センター 大阪がん循環器病予防センター 市内受託医療機関 吹田市・茨木市委託医療機関

【お問い合わせ】

特定健康診査について（国保年金課 国保医療係 電話：06-6383-1555）

後期高齢者医療健康診査について（国保年金課 年金高齢医療係 電話：06-6383-1387）

がん検診について（保健福祉課 健康推進係 電話：06-6383-1387）

保健センターで受診希望の場合（摂津市保健センター 電話：06-6381-1710）

マダニや蚊は、初夏から秋にかけて活発に活動します マダニや蚊媒介感染症に注意しましょう

マダニに咬まれたり蚊に刺されないよう、草むらに入るときは長袖、長ズボンを着用し、肌の露出を少なくしましょう。防虫スプレーや蚊取り線香の併用も効果的です。

●野山でのマダニに注意！

マダニは山林や草地、民家の裏山や裏庭、畑、あぜ道などに生息しており、咬まれると重症熱性血小板減少症候群（SFTS）や日本紅斑熱などの病気になることがあります。

- ズボンの裾を長靴に入れたり、靴下をズボンの上に重ねるようにして履くと、すき間からの侵入を防げます。
- 吸血中のマダニに気付いたら、無理に引き抜くとちぎれて体内に残ってしまいます。早めに医療機関で処置をしてもらいましょう。（吸血前：1～4mm）

（吸血後：8～10倍に）



●蚊の発生対策をしましょう！

病原体を持った蚊に刺されることにより病気になる「蚊媒介感染症」が海外で流行しており、海外で感染した渡航者や帰国者が日本で発症した事例が報告されています。

- ボウフラ（蚊の幼虫）の発生源をなくすために、庭先、家の周りなどの雨水がたまる植木鉢の受け皿、バケツ、空き缶やペットボトルを放置しないようにしましょう。

食のお役立ち情報

毎月19日は



～おいしく食べて健康に暮らしましょう！～

暑い夏の元気な食生活

梅雨が明けると暑い夏が訪れます。

脱水にならないためにも、食事と水分をしっかりと摂りましょう。

朝食を抜かない

毎日朝食を食べて、一日健康に過ごすためのスタートを切りましょう。



水分補給

水やお茶を基本とし、喉の渴きを自覚する前にこまめに摂りましょう。極端に汗をかいた場合はスポーツドリンクなども活用しましょう。



塩分について

一日3食しっかり食事が摂れていれば、特別に塩分を多く摂る必要はありません。日ごろからバランス良い食事を心がけ、暑さによって食欲低下しないよう意識しましょう。



【お問い合わせ】保健福祉課（電話：06-6383-1386）

ウィズほっとサロン
子どもたちに寄り添える大人になるための
思春期学びなおし講座

心や身体、性、思春期のこどもたちに大切な
情報をとどけられる大人になるために、
まずは大人から正しく学びなおしましょう。

【日時】7月27日(火) 午後2時～3時30分

【定員】16人

【対象】摂津市在住

在勤・在学（高校生以外）者

【一時保育】あり（1歳～就学前児）

7月20日（火）までに要予約

【申込受付】7月1日（木）から受付

0・1・2歳児とママの絵本ひろば
～子どもと一緒に絵本で遊ぼう！～

本の好きな子どもに育ててほしい！そんな
ママと子どものためのひろばです。
絵本の読み聞かせや手遊びを楽しんだり、
お気に入りの絵本を持ち寄ってブックトーク
しませんか。

【日時】8月3日（火）

午前10時～11時30分

【定員】6組

【対象】0～2歳児と母親

【持ち物】お気に入りの絵本

【申込受付】7月1日（木）から受付

男女共同参画市民企画協働事業 ジャンプ企画
つどい場「輪」のスマイル広場
～100歳まで元気カフェ～

しゃべってストレス発散、聴いてほっと
スマイルになる「つどい場」です。
体操や笑いヨガ、思わず笑顔になる脳活性化
ゲームをします。申し込みは不要です。

【日時】7月17日(土)

午後1時30分～3時30分

【定員】なし

【参加費】100円（茶菓代）

【一時保育】なし

お子さん連れで参加できます

【申込受付】予約不要

◆ 各講座の会場

男女共同参画センター交流室
（摂津市立コミュニティプラザ内）

輝く未来の女の子たちへ

動物がスキ！野生動物のナゾを知る！
動物に関わる仕事をしたい女の子集まれ！

京都大学野生動物研究センターの研究者
である木下こづえさんにお越しいただき、
「野生動物に関わる仕事を始めたきっかけ」や
「動物の研究ってどんなこと？」など、
スライドを観ながらさまざまな動物の
お話も聞きます。

動物に関わる仕事をしたい方、ぜひお越し
ください。

【日時】8月1日（日）

午後1時30分～3時

【定員】16人

【対象】小学生～高校生の女子

※ 親子での参加も可能

【一時保育】あり（1歳～就学前児）

7月27日（火）までに要予約

【申込受付】7月1日（木）から受付

【お問い合わせ】男女共同参画センター 電話：06-4860-7112