

お知らせ／募集
相談
健康
公民館・コミセン
スポーツ文化
図書館
施設・教育
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・コミセン
スポーツ文化
図書館
施設・教育
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)
受付 日曜・祝日および12/31～1/3 = 午前9時半～11時半、午後1時～4時



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

■ 保健センターの特定健診 (誕生日健診)

実施日 ▽基本プラン = 6月1日(金)・4日(月)、いずれも午後のみ
▽セットプラン = 6月1日(金)～8日(金) (土曜日を除く)、いずれも午前のみ
対象 ▽16～39歳 (基本プランのみ受診可) ▽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
基本プラン	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
	胃がん検診 (40歳以上)	900円
オプション (申込で受診可)	骨密度測定 (16歳以上)	500円
	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)	1,500円
	大腸がん検診 (40歳以上) ※セットプランには含まれているのでオプション申込み不要	500円

申込み 5月10日(木)までに、封書またははがき (一人1枚) に、①希望プラン (セットまたは基本)、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歳以上は加入医療保険者名・受診券整理番号を書いて、〒566-0021 南千里丘5-30 保健センター特定健診申込み係へ (必着・抽選)
※同センターホームページからも申込み可。

■ 保健センターのがん検診 (集団検診)

申込み 電話または同センターホームページから

検診・検査	費用	対象	実施日
肺がん (胸部CT)	2,000円 ※	50歳以上で、一日の喫煙本数×年数が600以上の人など	6月11日(月) 午前9時20分～11時
大腸がん	500円	40歳以上 (骨密度のみ16歳以上)	6月11日(月) 午前9時～11時
肺がん 骨密度 胃がん	無料※ 500円 900円		
乳がん	700円	40歳以上で偶数月生まれの人	6月16日(土)・29日(金) 午前9時半～11時半・午後1時～2時半 ※16日は午前のみ
子宮頸がん	600円	20歳以上	6月はなし

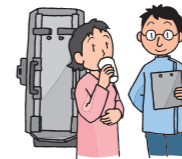
※喀たん検査を受ける場合、別途700円要。

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。

■ 大阪がん循環器病予防センターのがん検診 (個別検診)

同センターでは、希望日を予約して受診することができます (事前に保健福祉課へお電話ください)。

種類・費用・対象 保健センターのがん検診 (上表) と同じ※肺がん検診は胸部直接撮影のみ
場所 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)



■ 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

検査・相談	実施日など
B型・C型肝炎ウイルス検査 (肝炎検査を受けたことがない20～39歳の府民は無料)	予約制 (検査日時はお問合わせを)
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)	10日(木)、24日(木)午後1時～2時
風しん抗体検査	予約制 (検査日時・対象などはお問合わせを)
こころの健康相談 (うつ病・統合失調症・認知症・アルコール依存症などの精神的な病気、ひきこもり相談)	予約制
医療機関に関する相談 (安心して医療が受けられるようサポート)	月～金曜日 午前9時15分～12時15分・午後1時～4時

※いずれも土・日・祝日は実施しません。

◆うきうきせつつウォーキング 開発が進む千里丘新町地域を巡る千里丘・健都コース7.1km (4.3kmのショートコースあり) 5月7日(月)午前9時から、集合・解散場所は保健センター横 (阪急摂津市駅前)

前/当日の午前7時時点のNHK天気予報で午前の降水確率が50%以上の場合は中止/※当日、メモ用紙に、住所・氏名・年齢・性別・電話番号を書いて持参/※美化ボランティア制度の登録も受け付けます。登録した人にはオリジナルジャンパーを配布/問合せは保健福祉課へ
トワイライトエクササイズ ①からだりフレッシュ



コース (有酸素運動など) 5月17日～10月4日の木曜日②コンディショニングコース (エアロバイクなど) 5月22日～7月24日の火曜日③からだデザインコース (ピラティスなど) 5月25日～10月12日の金曜日 ※いずれも午後7時～8時半に、保健センターで (各計10回) /対象は40歳～64歳/要申込み (同センターへ・可・先着)

体を動かしてリフレッシュしよう



5月31日は 世界禁煙デー

市では、昨年12月から路上喫煙禁止地区を指定するため「摂津市健康づくり条例」を制定し、受動喫煙の防止や禁煙マナーの向上を進めています。

誰もが気持ちよく暮らせる街の実現とあなたや身近な人の健康を守るために、たばこのことについて考えてみましょう。



● たばこと美容の関係

喫煙を続けると「白髪」「歯や歯ぐきの着色・口臭」「眼や口周りのしわ・唇の乾燥」などの変化が表れます。また、しわも「深く長く」なることがわかっています。

このような変化の原因は大きく2つです。

- ①酸素不足 たばこを吸うと、血管が収縮され、肌に酸素が届きにくくなります。
- ②ビタミンC不足 たばこを吸うと、ビタミンCが破壊されます。※ビタミンCはコラーゲン生成を促し、しみの原因になるメラニン色素産生を抑える働きがあります。

問合せ 保健福祉課へ