

お知らせ/募集
相談
健康
公民館
スポーツ文化
図書館
施設
福祉
産業
子育て
地域
ごみ資源

お知らせ/募集
相談
健康
公民館
スポーツ文化
図書館
施設
福祉
産業
子育て
地域
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)

診療時間 日曜・祝日および年末年始=午前10時~11時半、午後1時半~4時半



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12/30~1/3=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△土曜日は午後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 (誕生月健診)

実施日 △基本プラン=3月3日(金)・6日(月)、いずれも午後のみ▽セットプラン=3月1日(水)~10日(金) (土(日)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

Table with 3 columns: 種類, 内容(対象), 費用. Rows include 基本プラン (健康診査, 肺がん検診, etc.) and オプション (骨密度測定, 前立腺がん検診, etc.)

申込み 2月9日(水)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

Table with 4 columns: 検診・検査, 費用, 対象, 実施日. Rows include 肺がん(胸部CT), 大腸がん, 肺がん, 骨密度, 胃がん, 乳がん, 子宮頸がん

※喀たん検査を受ける場合、別途700円要。

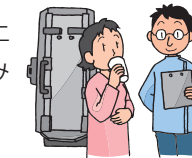
■ 大阪がん循環器病センターのがん検診 (個別検診)

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

Table with 2 columns: 検査・相談, 実施日など. Rows include B型・C型肝炎ウイルス検査, エイズ/HIV抗体検査, 風しん抗体検査, こころの健康相談, 医療機関に関する相談

※いずれも土・日・祝日は実施しません。

● 健康

うきうきせつつウォーキング 味舌天満宮、流れの馬場跡、三宅城跡などを巡る約6.2kmのコース※約5.5kmのショートコースもあり

駅前/※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/※健幸マイレージポイント対象/問合せは保健福祉課へ

中集中治療科・山上宏氏/※健幸マイレージポイント対象/問合せは保健福祉課へ

高齢者肺炎球菌ワクチン接種 公費助成は3月31日まで

平成28年度の対象者の公費助成は3月31日までです。対象の方でまだ接種されていない方はお早めに接種してください。



対象者 65・70・75・80・85・90・95・100歳 (平成29年4月1日時点) の人で、今まで一度も接種したことがない人

費用 2,000円 ※ワクチン接種の対象者には、昨年4月に通知しています。

問合せ 保健福祉課へ

「減塩」と「適度な運動」で 高血圧の予防と改善を

高血圧とは、心臓から血液を送り出す強さ(血圧)が基準値を超え、心臓や血管に負担を与える病気です。自覚症状がなく、放置すると、動脈硬化を引き起こし、脳や心臓などのさまざまな病気の原因となります。

予防と改善のポイントは「減塩」と「適度な運動」。生活習慣を見直し、健康寿命を延ばしましょう。

問合せ 保健福祉課へ



減塩は薄味に慣れるところから始めましょう

いきなり塩分を減らさず、薄味に慣れていくことが大切です。

ウォーキングなど有酸素運動が効果的です

目安は1日につき20分~30分以上。普段から歩く習慣を。