

健康

◆うきうきせつつウォーキング「川辺とわがまち北コース4.7km(シヨートコースのみ)」  
7月3日(月)午前9時15分  
から※集合・解散場所は鶴野第一公園(モノレール摂津駅前)※受け付けは午前9時から/駐輪場なし、隣の有料駐輪場を利用/当日の午前7時時点のNHK天気予報で大阪府の午前の

降水確率が50%以上の場合は中止※熱中症のリスクが高い場合は中止※詳細は市ホームページへ/当日、メモ用紙に住所、氏名、年齢、電話番号、性別、当日朝の体温、参加回数を書いて持参※飲み物持参※健康マイレージ対象/問合せは保健福祉課へ



### 熱中症は予防が大切

熱中症を防ぐために、それぞれの場所に合った適切な対策を行いましょう。

**一暑さを避ける一**

- ▷ 扇風機やエアコンで温度をこまめに調節
- ▷ 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- ▷ 外出時には日傘や帽子を着用
- ▷ 天気の良い日は日陰の利用、こまめな休憩
- ▷ 吸湿性・速乾性のある通気性のよい衣服を着用
- ▷ 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで身体を冷やす

**一こまめに水分を補給する一**

- ▷ 室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分・塩分などを補給

**一日中の猛暑時一**

- ▷ 市役所、コミュニティプラザ、別府コミュニティセンター、各公民館、正雀市民ルーム、地域福祉活動センターなどの公共施設で暑さをしのぐ

ご近所で声を掛け合い、周りの体調にも気を配り、熱中症を予防しましょう!

問合せ 保健福祉課へ

■ 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	8月9日(金)・27日(土) 午前9時～11時
肺がん	無料★	(骨粗しょう症のみ)	※肺がん・骨粗しょう症・胃がん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	16歳以上	
胃がん	900円		
乳がん	700円	40歳以上で奇数月生まれの人	8月9日(金)・31日(土) 午前9時半～11時半・午後1時～2時半 ※9日(金)・31日(土)の午後は、両日定員に達したため、午前のみの受付となります
子宮頸がん	600円	20歳以上で奇数月生まれの人	8月31日(土) 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) = 8月1日(火)～5日(土) ▽セット健診午後プラン(受付:午後1時半～3時) = 8月3日(木)・4日(金)

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) 胃がん検診(40歳以上)	500円 900円
午前プラン	骨粗しょう症検診(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(20～60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 7月5日(木)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

高齢者ヘルスサポート

高齢者が地域で健康的な生活を送れるよう、保健事業と介護予防の一体的な実施に取り組んでいます。

今年度は、健診や医療機関を未受診の人に健康状態をお聞きして、健診のおすすめや必要に応じて医療機関の受診勧奨を実施します。

令和5年4月1日時点で76歳の該当する人に対して、7～8月頃に健康状態に関するアンケートを送付します。その後、電話や訪問により健康状態をお聞きする場合があります。

健康で長生きするためにも、定期的に健診を受診しましょう。

問合せ 国保年金課または保健福祉課へ

◆ 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

7月24日～30日は肝臓週間

7月28日は世界肝炎デー

ウイルス性肝炎とは、肝炎ウイルスに感染し、肝臓の細胞が壊れていく病気です。感染しても熱や痛みなどの症状はほとんどなく、進行すると肝硬変や肝がんになることもあります。

肝炎ウイルスには、「早期発見・早期治療」が重要です。感染していても、早期に適切な治療を受けることで、深刻な病状に進行するのを防ぐことができます。ぜひ検査を受けましょう。

市では、検査を受けたことがない人を対象に、特定健診と同時に検査を実施しています。また、府内受託医療機関でも検査ができます。

※詳細は府ホームページ(右記QR)へ

問合せ 保健福祉課へ



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

施設催し/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・コミセン

スポーツ文化

図書館

施設催し/教育ほか

福祉

産業振興

子育て

地域活動

ごみ・資源