

お知らせ／募集  
相談  
健康  
公民館・コミセン  
・スポーツ文化ツ  
図書館  
施設催し／教育ほか  
福祉  
産業振興  
子育て  
地域活動／市民活動  
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)  
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  
※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、歯科  
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

3月は「自殺対策強化月間」です  
ひとりで悩まないで…

問合せ  
保健福祉課へ

「死にたい」と思って悩んでいる人は、誰にも相談できずに孤立してしまったり、こころの病気がひそんでいることもあります。ひとりで抱え込まず、身近な人や、下記の専門相談機関に相談してみましょう。※相談料は無料です。ただしそれぞれ通話料・通信料がかかります

大阪こころナビ

府が運営する相談窓口案内サイト。SNSや電話など、自分に合った相談先が探せます。



こころの健康相談統一ダイヤル

☎0570 (064) 556  
3/1日(金)午前9時半から  
3/31日(日)午後5時までの間は24時間対応

電話相談

- こころの電話相談 ☎06 (6607) 8814  
(月)(火)(金) (祝日・年末年始を除く) / 午前9時半～午後5時
- 若者専用電話相談 (40歳未満対象) ☎06 (6607) 8814  
(火) (祝日・年末年始を除く) / 午前9時半～午後5時
- 大阪府茨木保健所地域保健課精神保健チーム  
☎072 (624) 4668 平日/午前9時～午後5時45分
- 大阪府妊産婦こころの相談センター  
☎0725 (57) 5225 平日/午前10時～午後4時
- 関西のいのちの電話 ☎06 (6309) 1121 / 24時間・365日
- 大阪自殺防止センター  
☎06 (6260) 4343 (金)午後1時～(日)午後10時

SNS相談

- あなたのいばしょ 24時間 365日
- 生きづらびっと (月)～(金)/午前8時～午後10時半  
(土)(日)/午前11時～午後10時半  
※受付は午後10時まで

「いつもと様子が違う」と感じたら、  
身近なあなたがゲートキーパー!

～大切な命を守るために、あなたの力が必要です～



「ゲートキーパー」とは、悩んでいる人に**気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなぎ、見守る**人のことです。

「ゲートキーパー」について、もっと詳しく知りたい人は右記QRへ



3月15日は

世界睡眠デー!

問合せ 保健福祉課へ

「世界睡眠デー」は、健康的な睡眠の重要性と睡眠が抱える問題に目を向けるために、世界睡眠協会によって制定されました。

十分な睡眠や休養は、体はもちろんのこと、こころの病気の予防にとっても大切です。

人生の1/3を占める睡眠を、どうしたら気持ちよくスッキリ眠れるのでしょうか。

市では、睡眠に関する動画を作成しています。ぜひ市公式YouTubeチャンネル(右記QR)をご覧ください。



■ 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
胃がん	900円	40歳以上	4月26日(金) 午前9時～11時
大腸がん	500円	(骨粗しょう症のみ)	
肺がん	無料★	16歳以上)	
骨粗しょう症	500円		
乳がん	700円	40歳以上で偶数月生まれの人	4月22日(日) 午前9時半～11時半
子宮頸がん	600円	20歳以上で偶数月生まれの人	4月22日(日) 午後1時～3時

★喀たん検査を受ける場合、別途700円が必要

5月以降のがん検診などの日程は、保健センターまでお問い合わせください。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 大嶋クリニック ☎072 (633) 0119 ※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い合わせください

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

摂津の未来をつくるアンケートへの協力を  
18歳以上の全市民が対象の、健康・栄養に関する調査を実施します。「摂津市民の健康・栄養とウエルビーイングに関する調査」が届いたら、同封の調査票を書いて、3月29日(金)までにポストに投函してください。※詳細は下記QRへ



◆うきうきせつつウォーキング「離宮の里鳥飼東コース6km(ショートコース4km)」  
3月4日(月)午前9時15分から※集合・解散場所はふるさと公園(鳥飼本町4丁目) ※受付は午前9時から/自転車でお越しの方は、臨時駐輪場へ停めてください/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 ※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 ※健康マイレージの付与はありません/問合せは保健福祉課へ  
+献血にご協力ください  
3月14日(木)午前10時～12時・午後1時～4時半に、摂津市役所で/問合せは社会福祉協議会 ☎06 (4860) 6460へ

3/7～8は女性の健康週間



問合せ 保健福祉課へ

女性には男女共通の健康問題(がん・心臓血管系疾患)以外にも、女性特有の健康問題(乳がん・子宮がん)があります。また、骨粗しょう症など、女性ホルモンの低下に関連して起こりやすい問題もあります。

体の変化や不調に気づき、病気の予防や早期発見をするには、日ごろから健康に対する関心をもって、定期的な健(検)診を受けましょう。

市では「乳がん」「子宮頸がん」「骨粗しょう症」の検診を実施しています。市の検診は、自費診療よりも、少ない自己負担額で受けられます。※詳細は右記QRへ

