

# 保健医療

明記のないものは費用無料。問い合わせ、申し込みは、**保健センター**〔☎(28)5520・☎(29)7760〕へ。指定医療機関(※)は、4月号広報に折り込みの「平成27年度保健事業案内」をご覧ください。

## 家庭血圧を測りましょう

高血圧は心臓や血管に負担がかかり、さまざまな病気を引き起こす原因となります。しかし、高血圧は「サイレントキラー(静かなる殺し屋)」と呼ばれるように自覚症状がなく、血圧を測定しないと確認できません。

また、「病院や診療所で測ると血圧が高くなる」、「朝と夜の血圧値に差がある」といった症状の人もいます。病院や診療所での1回の測定では、血圧の正確な判断は難しいと言えます。

そこで、家庭で定期的に血圧を測り、記録することで、血圧変動の傾向をつかみ、血圧を上げない生活習慣づくりに役立てましょう。その他、高血圧に関する情報は市ウェブサイト各課のページ「保険年金課」をご覧ください。

**問い合わせ** 保険年金課(内線150、188)

## 成人歯科健診

**とき** 28年3月31日(木)まで

**ところ** 指定医療機関(※)

**内容** 問診、歯科健康診査、歯科保健指導

**対象者** 健診日に満40・50・60・70歳の人

## 基本健康診査

**とき** 28年3月31日(木)まで

**内容** 問診、身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査、診察

**対象者** 40歳以上で生活保護などを受給している医療保険未加入の人

**申し込み** 5月7日(木)～、保健センターへ(電話申し込み可)

※申込者に指定医療機関一覧表と受診票を送付しますので、受診票を持って有効期限内に受診してください。

富田林保健所の案内	
詳しくは、お問い合わせください〔☎(23)2681〕	
医療機関に関する相談	月～金曜日(祝日を除く)、午前9時～午後0時15分、午後1時～5時30分
エイズに関する相談	月～金曜日(祝日を除く)、午前9時30分～午後0時15分、午後1時～5時
この他、こころの健康相談、肝炎ウイルス検査、風しん抗体検査なども実施しています。	
飲用水・井戸水検査、腸内細菌・寄生虫卵検査	毎週月曜日(祝日の場合は翌日)、午前9時30分～11時30分(有料)

## 20・30歳代の健診

**とき** 28年3月31日(木)まで

**内容** 問診、身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査、診察、骨密度検査

**対象者** 健診日に満20・25・30・35～39歳の人(昭和51年3月31日以前に生まれた人は対象外です)

※ただし、骨密度検査は健診日に満20・25・30・35歳の女性のみ。

**申し込み** 5月7日(木)～、保健センターへ(電話申し込み可)

※申込者に指定医療機関一覧表と受診票を送付しますので、受診票を持って有効期限内に受診してください。

## 富田林病院看護フェア

**とき** 5月16日(土)、午前9時30分～午後0時30分

**ところ** 富田林病院 1階外来フロア  
※当日、送迎バスの運行はしていません。

**内容** 認知症の人やその家族対象の「認知症カフェ」、骨密度などの各種測定、脳を鍛える体操、アロマ、AED体験、写真展「看護も変化を遂げてます!」など ※参加者全員に看護の日(毎年5月12日)にちなんだグッズをプレゼントします。

**定員** 100人(当日、直接会場へ)

**参加費** 無料

**問い合わせ** 同病院総務課〔☎(29)1121〕

がんミニドックを受けましょう(年度内に1回のみ、費用は無料、電話予約可)			
種別	対象者	内容	日程・その他
胃がん	40歳以上	問診、胃部X線検査	<b>とき</b> 日程は4月号広報に折り込みの「平成27年度保健事業案内」に記載 <b>ところ</b> 保健センター ※予約制で申し込み先着順のため、定員を満了している日があります。介助が必要な人は、申し込み時にお伝えください。
肺がん(結核検診含む)		問診、胸部X線検査(該当者には喀痰検査)	
大腸がん		問診、便潜血反応検査	
※3種類の検査から希望する検査を選んで受診することもできます。毎年胃カメラの定期検査を受けている人や、持疾患、大腸ポリープの既往のある人は、医療機関での受診をお勧めします。			

乳がん検診を受けましょう(40歳以上の人を対象に2年に1回、費用は無料)		
対象者	内容	日程など
今年度は昭和50年以前で偶数年生まれの人 ※妊娠・授乳中の人、豊胸手術を受けた人、乳腺について経過観察・治療中の人、ペースメーカーを装着している人は受診できません。 ※過去3年以内に検診を受けたことのある人は、前回と同じ機関での受診をお勧めします。	問診、視診、触診、マンモグラフィ検査(乳房X線検査) ※40歳代は2方向撮影、50歳以上は1方向撮影。	<b>《個別検診》とき</b> 5月1日(金)～28年3月11日(金)まで <b>ところ</b> ①富田林病院、②PL病院、③いぬいクリニック <b>申し込み</b> ①月～金曜日、午後2時～5時に同病院医事サービス課〔☎(29)1121(内線204)]へ ②月～金曜日、午後3時～5時に同病院健康管理科〔☎(25)8234]へ ③月～水・金曜日、午前9時～午後1時、午後5時～7時、土曜日、午前9時～午後1時に同クリニック〔☎(20)1500]へ ※いずれも申し込み先着順、電話で申し込み。 <b>《集団検診》とき</b> 日程は4月号広報に折り込みの「平成27年度保健事業案内」に記載 <b>ところ</b> 保健センター <b>申し込み</b> 月～金曜日、午前9時～午後5時30分に保健センターへ(申し込み先着順、電話申し込み可)

子宮頸がん検診を受けましょう(20歳以上の人を対象に2年に1回、費用は無料)		
対象者	内容	日程など
今年度は昭和64年以前で偶数年生まれの人、または平成元・3・5・7年生まれの人	問診、視診、内診、頸部細胞診	<b>《個別検診》とき</b> 5月1日(金)～28年3月11日(金)まで <b>ところ</b> 指定医療機関 ※予約が必要な医療機関と不要な機関があります。予約が必要な場合は、4月号広報に折り込みの「平成27年度保健事業案内」をご覧ください。
※当該年生まれの人は、誕生日以前でも受診できます。		

富田林病院の案内	
詳しくは、同病院〔☎(29)1121〕にお問い合わせください。	
皮膚がん検診	<b>とき</b> 5/20(木)、午後2時～4時30分 <b>内容</b> 皮膚がんを心配されている人のために、皮膚科専門医師の視診による検診 <b>費用</b> 無料(予約制)
女性専用外来	<b>とき</b> 5/21(金)、午後2時～4時30分 <b>内容</b> 「気になる症状があるけれど受診する科目が分からない」「男性医師だと恥ずかしくて聞けない」など診察や治療の相談について女性医師が担当します ※診療時間は1人当たり25分程度。 <b>定員</b> 6人 <b>費用</b> 有料(予約制)
医療講演会	<b>とき</b> 5/30(土)、午後2時～3時15分 <b>内容</b> 大腸がんの治療について～外科治療と化学療法～ <b>定員</b> 20人(申し込み先着順) <b>受講料</b> 無料 <b>申し込み</b> 5/7(木)～、同病院へ



## 健診・予防接種

### 平成7年4月2日～19年4月1日生まれの人で日本脳炎予防接種の受け忘れはありませんか

同予防接種は、接種後に重い病気になった事例があったことをきっかけに、平成17～21年度まで、積極的勧奨を差し控えていました。

その後、新たなワクチンが開発され、現在は通常どおり同予防接種を受けられるようになっています。

平成7年4月2日～19年4月1日生

まれの人で、同予防接種1期＝3回と2期＝1回（9歳以上対象）の合計4回に未接種および不足分がある人は、定期接種（無料）として受けることができますので、まだ受けていない人は忘れずに受けましょう。



※接種日に20歳未満の人に限りです。※接種できる医療機関などは、4月号広報に折り込みの「平成27年度保健事業案内」をご覧ください。

問い合わせ 保健センター〔☎(28)5520〕

27年度の指定医療機関での予防接種		
※指定医療機関は、4月号広報に折り込みの「平成27年度保健事業案内」に記載しています。		
<b>ヒブ</b> 生後2カ月～5歳未満	<b>小児用肺炎球菌</b> 生後2カ月～5歳未満	<b>BCG</b> 生後3カ月～1歳未満
<b>四種混合(DPT-IPV)</b> 生後3カ月～7歳6カ月未満	<b>水痘(水ぼうそう)</b> 1～3歳未満	<b>二種混合(DT)</b> 11～13歳未満
<b>麻しん風しん混合(MR)</b> 1期＝1～2歳未満、2期＝平成21年4月2日～22年4月1日生まれの人		
<b>日本脳炎</b> 1期＝3歳～7歳6カ月未満、2期＝9～13歳未満 ※平成7年4月2日～19年4月1日生まれの人(ただし接種時に20歳未満の人)で、未接種および不足分がある人も定期接種として受けられます。		
<b>子宮頸がん</b> ※現在、積極的勧奨はしていません。 平成11年4月2日～16年4月1日生まれの女子		
※お子さんの健康状態の良いときに朝の体温を測り、母子健康手帳を必ず持参して受けてください。予診票は医療機関に備え付けています。予防接種手帳をよく読んでください。※三種混合ワクチン、不活化ポリオワクチンを接種している人で不足のある人は、原則としてそれぞれのワクチンを早めに接種してください。なお、三種混合ワクチンは入手困難となっているため、接種が必要な場合は保健センターにご相談ください。		

### 保健センター〔☎(28)5520〕での健診

※転入などで個別通知が届かない場合は、保健センターへお問い合わせください。  
※5月1日～6月5日の間に実施する健診を掲載しています。

#### 乳幼児健診

※日程や持ち物などは、個別通知に記載しています。

<b>4カ月児健診</b>	<b>5月15日(金)</b>	平成26年12月24日～27年1月10日生まれの乳児
	<b>29日(金)</b>	平成27年1月11日～1月31日生まれの乳児
<b>1歳7カ月児健診</b>	<b>5月14日(木)</b>	平成25年9月15日～10月3日生まれの幼児
	<b>28日(木)</b>	平成25年10月4日～10月24日生まれの幼児
<b>3歳6カ月児健診</b>	<b>5月13日(水)</b>	平成23年10月20日～11月5日生まれの幼児
	<b>27日(水)</b>	平成23年11月6日～11月27日生まれの幼児

#### 2歳6カ月児歯科健診(希望者にフッ素塗布)

※日程や持ち物などは、個別通知に記載しています。

**5月21日(木)** 平成24年11月9日～11月25日生まれの幼児  
**6月4日(木)** 平成24年11月26日～12月13日生まれの幼児  
※まだ受診していない幼児でも3歳までは受診できます。

### 休日急病診療

**診療日** 日曜日、祝日、年末年始  
**受付時間** 午前9時～11時30分、  
午後1時～3時30分

**市立休日診療所〔☎(28)1333〕**  
内科、歯科  
**富田林病院〔☎(29)1121〕**  
小児科(中学生まで)

### 病院案内専用ダイヤル(小児夜間救急)

**専用ダイヤル〔☎(23)9919〕**

#### ●病院案内

受診できる病院を24時間体制で案内しています。  
※直接、病院へ行かれても受診できません。必ず事前に病院へお問い合わせください。

#### ●小児夜間救急

午後8時～翌朝8時の間(土・日曜日、祝日、年末年始は午後4時～)に、中学生までの子どもが急病になったとき  
※当番の病院を紹介し、緊急の場合は救急車で搬送します。また、これ以外の時間帯でも病院の紹介などをします。  
※直接、当番病院へ行かれても受診できません。

### 救急安心センターおおさか

**救急医療相談窓口〔☎#7119〕**

「体調が悪くなった」「けがをした」などで、病院へ行った方が良いか、救急車を呼んだ方が良いかなど迷ったときは相談を(相談員、看護師が医師の支援体制の下、24時間相談に応じます)

※相談の結果、緊急性がある場合は、直ちに救急車が出動します。  
※つながらない場合や、IP電話・ダイヤル回線からは〔☎06(6582)7119〕へおかけください。

### 小児救急電話相談

**電話相談〔☎#8000〕**

午後8時～翌朝8時の間に、子どもの急病で病院へ行くかどうか迷ったときは相談を  
※つながらない場合や、IP電話・ダイヤル回線からは〔☎06(6765)3650〕へおかけください。  
※受診判断の目安として、「こどもの救急」ホームページ〔http://kodomomo-qa.jp/〕をご活用ください。



## 子育て講座

### ①園庭遊び

とき 5月12日(火)、午前10時～11時

ところ ふれんど保育園

定員 10組

### ②幼児食試食会

とき 5月19日(火)、午前9時45分～11時30分

ところ 金剛保育園

定員 10組

### ③泥んこ遊び

とき 5月20日(水)、午前9時30分～11時

ところ 金剛保育園

定員 15組

### ④親子プール

とき 5月20日(水)、午前9時30分～11時

ところ みどり保育園

定員 10組

### ⑤ベビーマッサージ

とき 5月21日(木)、午前10時～11時30分

ところ 常徳保育園

定員 8組

### ⑥離乳食試食会

とき 5月26日(火)、午前9時30分～11時

ところ 富田林保育園

定員 10組

### ⑦幼児食試食会

とき 5月28日(木)、午前9時30分～午後0時30分

ところ 若葉保育園

定員 5組

### ⑧泥んこ遊び

とき 6月2日(火)、午前9時30分～11時

ところ 金剛東保育園

定員 15組

### ⑨親子で触れ合い遊び&給食試食会

とき 6月3日(水)、午前10時～11時30分

ところ 彼方保育園

定員 5組

### ⑩制作やリズム運動など(保育園ならではの遊び)

とき 6月11日(木)、午前9時30分～11時

ところ 大伴保育園

定員 15組

### ⑪リトミック

とき 6月11日(木)、午前9時30分～11時

ところ 葛城保育園

定員 15組

申し込み ③は当日直接会場へ、①②④⑤は5月7日(木)～、⑥は12日(火)～、⑦は14日(木)～、⑧は19日(火)～、⑨は20日(水)～、⑩は28日(木)～、⑪は6月1日(月)～、各園へ(申し込み先着順、各園の電話番号は下表に記載)



## 今月の子育て支援事業(園庭開放などの日程)

本市では、皆さんの子育てをサポートするため、下記の施設でさまざまな事業を実施しています(問い合わせは各施設へ)。

※各施設で実施している内容・開催時間などは、市ウェブサイトの暮らしのご案内「妊娠・出産・子育て」の子育て支援事業(園庭開放などの日程)をご覧ください。

保育園(親子で遊んだり、園児と交流して遊んだりすることができます)			
富田林保育園 ☎(23)3941	毎週火曜日(5(株)は除く)、28(株)、6/2(火)	金剛東保育園 ☎(29)1600	毎週火・木曜日(5(株)、21(株)は除く)、6/2(火)、4(木)
彼方保育園 ☎(33)3943	毎週火・木曜日(5(株)は除く)、6/2(火)、4(木)	葛城保育園 ☎(29)9211	14(木)、21(木)
大伴保育園 ☎(23)6579	毎週木・土曜日(23(水)、30(水)は除く)、6/4(木)	常徳保育園 ☎(25)3561	12(火)
若葉保育園 ☎(24)3308	毎週水・金曜日(6(株)は除く)、6/3(水)、5(金)	ともっち保育園 ☎(28)1584	12(火)、26(火)
金剛保育園 ☎(29)1474	毎週水・金曜日(6(株)は除く)、6/3(水)、5(金)	みどり保育園 ☎(24)4190	毎週月・木曜日(4(株)は除く)、6/1(月)、4(木)
		菊水保育園 ☎(29)3837	26(火)
		寺池台保育園 ☎(69)7752	毎週水曜日、6/3(水)
※市立保育園では、月～土曜日(祝日は除く)、午前10時～午後4時に電話相談を実施。			
子育て支援センター(園庭や室内を開放し、親子で活動したり、交流したりできます)			
①富貴の里保育園内 ☎(28)7364	園庭 毎週月曜日(4(株)は除く)、6/1(月)	室内(午前) 12(火)、26(火)	室内(午後) 毎週金曜日、6/2(火) 子育て講座 28(木)、6/10(水)(要予約)
②梅の里保育園内 ☎(23)4555	園庭・室内 毎週月・土曜日(4(株)は除く)、6/1(月)	あおぞら保育 27(水)	子育て講座 20(火)(要予約)
※月～土曜日(祝日は除く)に電話相談を実施(①は午前9時～午後5時、②は午前10時～午後5時)。			
つどいの広場(親子が気軽に集い、交流します)			
ふらっとスペース金剛(寺池台) ☎(29)5227	毎週月～土曜日(第3火曜日は除く)	※レインボーホール=月・金・土曜日、かがりの郷=火～木曜日(祝日は除く)、すばるホール=水～金曜日も開設。	
ネットワークすこやか(須賀) ☎(56)5540	毎週月～土曜日(祝日は除く)	※グリーンピア東条=毎週火・金曜日(祝日は除く)も開設。	
ひだまり(向陽台) ☎(70)7400	毎週火～木曜日		
保育室「の～んびりん」(親子で遊んだり、交流したりする場としてご利用いただけます)			
児童館 ☎(25)0666	毎週月～金曜日(午前、祝日は除く)	お楽しみイベント 22(金)	
幼児教育センター(親子で遊んだり、交流したりできます)			
富田林幼稚園内 ☎(24)9968	コアラの広場 毎週火・金曜日(祝日は除く)	子育て相談 18(月)(要予約)	室内 毎週月～金曜日(水曜日の午後、祝日は除く)
青葉丘幼稚園内 ☎072(365)1511	おひさま広場 毎週月・木曜日(祝日は除く)	子育て相談 19(火)、6/2(火)(要予約)	室内 毎週月～金曜日(水曜日の午後、祝日は除く)
※富田林・青葉丘幼稚園では、月・火・木・金曜日(祝日は除く)、午前9時～午後5時に園庭開放を実施。			
幼稚園(親子で遊んだり、園児と交流して遊んだりすることができます)			
富田林幼稚園 ☎(24)3301	7(木)、12(火)、14(木)、18(月)、24(水)、28(木)、6/3(水)、4(木)	伏山台幼稚園 ☎(28)4107	13(火)、20(火)、27(火)、6/3(水)
新堂幼稚園 ☎(24)3302	11(月)、24(水)、26(火)、6/2(火)	喜志西幼稚園 ☎(25)9472	7(木)、8(金)、13(火)、14(木)、20(火)、27(火)、6/3(水)、4(木)
喜志幼稚園 ☎(24)3303	13(火)、20(火)	津々山台幼稚園 ☎(28)6767	18(月)、6/1(月)
大伴幼稚園 ☎(24)3304	7(木)、14(木)、21(木)	PL学園幼稚園 ☎(24)5135	8(金)、25(月)
彼方幼稚園 ☎(35)1191	13(火)、20(火)、27(火)	大谷幼稚園 ☎(29)3044	14(木)、27(火)、28(木)
錦郡幼稚園 ☎(24)3306	7(木)、19(火)	しろがね幼稚園 ☎(25)7600	13(火)、27(火)
川西幼稚園 ☎(24)3307	12(火)、20(火)、25(月)、26(火)、6/2(火)	東金剛幼稚園 ☎(28)0330	13(火)
		平成幼稚園 ☎(28)2220	1(金)、8(金)、29(金)、6/5(金)
青葉丘幼稚園 ☎072(365)0415	毎週木曜日、18(月)、25(月)、6/1(月)、4(木)		





## 児童福祉

### 5月5日～11日は児童福祉週間です

児童福祉法第1条に、「すべて国民は、児童が心身ともに健やかに生まれ、かつ育成されるよう努めなければならない」と定められています。

「児童福祉週間」は、子どもや家庭、子どもの健やかな成長について社会全体で考えるとともに、児童福祉の理念を普及させるため、毎年5月5日のこどもの日から1週間、全国で実施されています。今年度の標語は、「世界には君の輝く場所がある」です。

本市では、生まれ育つ全ての子どもたちが健やかに成長する環境の向上と、市全体で子育てを支える取り組みの充実をめざして、「市子ども・子育て支援事業計画」を策定しました。

子育てを地域全体で見守り、支えていく環境づくりをより一層進めることで、市民の皆さんが生き生きと輝き、心が触れ合い、明るい未来が見えるまちをめざします。

**問い合わせ** こども未来室（内線208）



## 講座・催し

### MY TREE ペアレンツ・プログラム

子どもをたたいてしまうなど子どもの心と体にダメージを与えていることに悩む親への回復プログラムです。

**とき** 6月8日～9月28日の毎週月曜日（7月20日、9月21日は除く）、12月14日（月）、28年3月7日（月）、いずれも午前10時～午後0時30分（全17回）

**ところ** 人権文化センター

**定員** 10人 ※保育あり（要予約）。

**参加費** 無料

**申し込み** 5月7日（木）～、市人権協議会〔☎(24)3700・FAX(25)5952〕へ ※参加者は面接により決定します。



## 育児教室

### ①ぴよぴよクラス

**とき** 6月3日（水）、午後0時50分～3時15分

**内容** 離乳食の進め方、調理実演、試食、育児の話（赤ちゃんの泣く意味について）、交流会、ふれあい遊び、個別相談など

**対象者** 4カ月児健診受診後～8カ月未満の乳児と保護者

### ②すくすくクラス

**とき** 6月10日（水）、午後0時50分～3時15分、17日（水）、午前9時50分～11時45分（全2回）

**内容** 離乳食の完了と幼児食の進め方、歯の話（ブラッシング指導）、育児の話（事故予防）、ふれあい遊び、交流会、おやつを試食、個別相談など

**対象者** 1歳～1歳4カ月未満の幼児と保護者

**ところ** 保健センター

**定員** ①②各25組（申し込み先着順）

**参加費** 無料

**申し込み** 5月7日（木）～、保健センター〔☎(28)5520〕へ

## ベビーマッサージ

赤ちゃんとの肌の触れ合いが赤ちゃんの心と体の発育を促し、お母さんの心も癒します。

ぜひご参加ください。

**とき** 5月28日（木）～、毎月第4木曜日、①午後1時～2時30分、②午後3時～4時30分

**ところ** 富田林病院お産センター

**対象者** 生後2～8カ月頃までの乳児とそのお母さん ※お父さんの参加もできます。

**定員** ①②各5組（申し込み先着順）

**参加費** 1回500円

**持ち物** バスタオル、着替え、おむつ

**申し込み** 5月7日（木）～、同お産センター〔☎(29)1121〕へ



## マタニティー&子育て中の人のためのコンサート

出産や育児を応援するため、民生委員児童委員協議会が中心になって、同コンサートを開催します。

コーラスやハンドベルの美しい音色に癒されましょう。

**とき** 6月6日（水）、午前10時～正午

**ところ** すばるホール

**対象者** 妊娠中の人とその家族または就学前の子どもと保護者

**定員** 100人（申し込み先着順）

**参加費** 無料

**申し込み** 5月7日（木）～22日（金）までに地域福祉課（内線283）へ



## 富貴の里保育園内 子育て支援センターの催し

### ●おでかけ保育

**とき** 5月19日（火）、午前10時30分～11時30分

**ところ** 金剛東中央公園（当日、直接現地へ）

**対象者** 就学前の子どもとその保護者  
**問い合わせ** 同支援センター〔☎(28)7364〕

## 梅の里保育園内 子育て支援センターの催し

### ●親子教室「英会話」

**とき** 5月29日、6月26日、7月24日、8月28日、9月25日のいずれも金曜日、午前10時30分～11時（全5回）

**ところ** 同支援センター

**対象者** 平成23年4月2日～25年4月1日に生まれた子どもとその保護者

**定員** 20組

**申し込み** 5月18日（月）（必着）までに、往復はがきに教室名、住所、親子の氏名（ふりがな）、子どもの生年月日、性別、電話番号を記入し、☎584-0001梅の里一丁目2の5 同支援センター〔☎(23)4555〕へ（申し込み多数の場合抽選）