

# 健康

## のページ

保健、医療にまつわる情報など、  
健康づくりに役立つお知らせです。

### 問い合わせ

- 保健センター ☎33・8181  
開館時間 午前8時45分～午後5時15分
- 市立病院 ☎32・5622

### 「食育展」のお知らせ

本市では平成22年3月、泉大津市食育推進計画を策定し、「食でつながる人・未来」を基本理念に食育推進に取り組んでいます。今回、より多くの皆さんに市の食育の取り組みについて知つてもらうため、前年度に引き続き食育展を開催します。また、今年度は、健康泉大津21計画推進委員会より健康づくりに関する展示コーナーも設けます。

**日時** 3月18日(火)～28日(金) 午前8時45分～午後5時15分 (28日(金)は午前8時45分～正午までの展示)

**場所** 市役所1階ロビー

**内容** パネル展示、本市の食育健康づくりに関する取り組み、簡単レシピ紹介など



昨年の食育展の様子

### 健康診査

**日時・場所** 3月5日(水)～要池住宅集会所、6日(木)～東港長寿園 いずれも午前9時30分～11時30分

**対象** 昭和49年4月1日～平成10年3月31日生まれの市民

**料金** 1,000円 (生活保護受給者は、無料。生活保護受給証明書が必要)

**予約** 不要

**持物** 医療保険証 (生活保護受給者は、生活保護受給証明書)

**内容** 診察・身体測定・血圧測定・尿検査・血液検査 (脂質、肝機能、血糖、腎機能、貧血など)

**問合** 保健センター  
なお、生活保護受給者で昭和49年3月31日以前に生まれた人は、市内の指定医療機関で受診できます。

詳しくは保健センターへ。

### 予防接種のお知らせ

**□三種混合・二種混合・MR (麻疹・風疹・風疹混合ワクチン)・日本脳炎・不活化ポリオ・四種混合・子宮頸が**

### ん予防・ヒブ・小児用肺炎球菌予防接種

市内指定医療機関で個別接種。広報いづみおおつ平成25年4月号「平成25年度母子保健予定表(保存版)」をご参照ください。なお、子宮頸がん予防ワクチンは平成25年6月14日から積極的な接種勧奨を一時中止しています。

#### □BCG接種

**実施日時** 3月28日(金) 午後1時15分～2時30分受付

**場所** 保健センター

**対象者** 生後3か月～1歳未満 (標準的な接種期間は生後5～8か月)

BCGについては、当日は体温を測定し、母子健康手帳と予診票をお持ちください。予診票は保健センターでも用意しています。母子健康手帳を忘れた場合は、接種することができませんので、ご注意ください。

#### □接種の際の注意事項

必ず接種後の副反応について理解したうえで、接種してください。

## 病気の重症化を防ぐ「ワクチン」

市立病院スタッフコラム

私たちの身の回りには細菌、ウイルス、真菌などといったさまざまな微生物があります。その中で人間に病気を引き起こし生命を脅かすものがあるのですが、病気の重症化を防ぎ被害を小さくするものがワクチンです。つまりワクチン接種は、接種できない人を守るといふことが目的として挙げられます。最近は日本でもワクチン接種の理解が深まり肺炎球菌接種した集団の流行を阻止し接種した集団を守る、③接種できない人を守る、②接種を守る、①病気から個人を守る、②接種の理解が深まり肺炎球菌接種の登場により、ワクチンといつた病気の減少も見られています。しかし世界の情勢に比べれば、日本では未承認のものなどまだ接種でないワクチンもあり、そ

う意味です。最近は、インターネットで「Vaccine Preventable Diseases」の略で、「ワクチンで予防できる病気」と言つてください。ワクチンについて、より一層の理解が深まると思います。



広報いづみおおつ 平成26年3月号

### 祝日歯科急病診療医院

△3月21日(祝) 赤崎歯科医院 (神明町3-22 ☎21・1909)

診療受付時間は午前9時30分～11時30分、午後1時～4時で、初診料が必要です。また、事情で担当歯科医院を変更する場合や、診療を中止するときがありますので、電話で確認のうえご来院ください。なお、電話がつながらない場合は消防本部へ。

### 泉州北部小児初期救急広域センター

15歳未満(中学生まで)のお子さんが休日に病気になった場合は、標記センター(岸和田市荒木町1-1-51 ☎072・443・5940)をご利用ください。受け付けは、土曜日の午後5時

～10時、日曜日・祝日、年末年始(12月29日～1月3日)は午前9時～午後10時です。ただし、正午～午後1時と午後4～5時は、受け付けできません。

なお、休日の救急診療に関しては、市消防本部へ。

### たまごくらす(両親教室) 4・5月コース募集

**日程** 4月7日(月)、21日(月)、5月12日(月)、19日(月)

**対象** 出産予定日が8～10月の人  
**申込** 3月11日(火)から保健センターへ

なお、お子さん連れの参加は、ご遠慮ください。



### 和泉保健所案内 ☎41・1342

■肝炎ウイルス検査(要電話予約)  
■エイズ・クラミジア検査と相談  
■こころの健康相談(要電話予約)  
■井戸水など飲料水の水質検査(予約制・有料)

■住居衛生相談  
■CD・DVDなどの貸し出し(健康づくり)  
詳しくは、和泉保健所までお問い合わせください。



### 各種相談・健診の日程表

子育てを中心とした、さまざまな相談や健康診査実施日の一覧です。

#### 健康相談

相談名	場所	日時
一般健康相談(予約不要)	保健センター	毎週火・金曜日 午前9時～正午
歯科・栄養相談(予約制)	保健センター	3月18日(火) 午前9時30分～11時

健康相談・育児相談などの電話相談も受け付けています。

**日程** 月～金曜日(祝日を除く) **時間** 午前8時45分～午後5時15分

#### 育児相談・子育て広場

相談名	対象	日時
7か月児相談	H25年8月生	4月1日(火) 午後0時45分～1時30分受付
乳幼児育児相談会(身体計測・相談)	就学前の乳幼児	4月1日(火) 午後2時30分～3時受付
ほっと息まの食のサロン(食に関する相談・アドバイス)	就学前の乳幼児	4月1日(火) 午後1時30分～3時30分
びよびよくらぶ(親子同士の交流・相談) ※タッチケア(赤ちゃんマッサージ)	1か月～8か月未満の親子	3月18日(火)、4月1日(火) 午前10時30分～11時30分 ※4月1日(火) 午前10時～10時30分
赤ちゃん広場(親子同士の交流・相談)	7か月～1歳未満の親子	4月1日(火) 午後2時30分～4時
1・2・3のみんなの広場(親子同士の交流・相談)	1～3歳の親子	3月11日(火)、18日(火) 4月8日(火) 午後2時30分～4時

**場所** 保健センター

#### 乳幼児健診

健診名	対象	日程
4か月児健診	H25年10月21日～ H25年11月10日生	3月13日(木)
	H25年11月11日～ H25年11月30日生	3月26日(木)
乳児後期健診	9か月～1歳未満	指定医療機関でお受けください 受診票は4か月児健診時配布
	H24年8月11日～ H24年8月31日生	3月11日(火)
1歳6か月児健診	H24年9月1日～ H24年9月20日生	4月8日(火)
	H24年9月21日～ H24年10月10日生	4月10日(木)
3歳6か月児健診	H22年8月生	3月18日(火)
場所	保健センター	受付時間 個別に通知します。

#### よい歯を育てる会(歯科健診)

対象	日程
2歳児	H24年3月生
2歳6か月児	H23年9月生
3歳児	H23年2・3月生

場所 保健センター 受付時間 午後0時50分～1時20分。午後2時30分ごろ終了予定 持物 歯ブラシ・母子健康手帳・お茶(2歳6か月児のみ50円切手、筆記用具) ※今月都合の悪い場合は来月でも可(予約不要)

#### ベビーCooking(離乳食講習会)

日時	対象	受付時間
3月17日(月)	H25年10月生	午後1時15分～1時30分

場所 保健センター ※今月都合の悪い場合は来月でも可(予約不要)



# SPORTS!!

スポーツに関する募集やイベントなどのお知らせです。

## トレーニング室 利用講習会 (4月分)

トレーニング室を利用するには講習会を受講することが必要です。総合体育館では、次の日程で講習会を開きます。

### 4月分日程表

日時	日時
1日(火)	午後7時~
9日(水)	午後3時~
12日(土)	午前10時~
15日(火)	午前10時~
18日(金)	午後7時~
22日(火)	午後7時~
24日(木)	午後3時~
27日(日)	午前10時~

対象 15歳以上の人(中学生は不可)  
定員 5人程度(27日は30人)  
講習日の持物 250円(許可証を発行)・縦3cm×横2cmの顔写真・上靴・運動のできる服装  
申込 3月23日(日)午前10時から総合体育館へ

なお、3月分も空きがあります。随時申し込み可能です。

## 第9回 泉大津市民グラウンド・ゴルフ大会

グラウンド・ゴルフ連盟主催の第9回泉大津市民グラウンド・ゴルフ大会を次のとおり開催いたします。

日時 4月17日(木)受付午前8時30分~9時(雨天の場合は、4月24日(木)



## 楽しくバドミントンをしませんか

日ごろの運動不足解消に、バドミントンをやってみませんか。経験者はもちろん、初めての人にも指導します。一度見学にお越しください。

練習日時 毎週水曜日の午前中  
場所 総合体育館



## マレットゴルフ 愛好会会員募集

大津川河川敷にある府下唯一のコ

(問合)総合体育館=☎33・1200

場所 古池公園運動場  
参加対象 市内在住・在勤・在学の人  
定員 120人  
参加費 ▷グラウンドゴルフ連盟会員…300円 ▷一般…500円  
競技方法 個人戦3ラウンド(24ホール)ストロークマッチ  
申込 4月4日(金)午後5時までに総合体育館へ

スでマレットゴルフを始めてみませんか。当会は泉大津市グラウンドゴルフ連盟に属しています。  
日時 毎週水曜日午後1時30分(雨天時金曜日)  
場所 大津川河川敷コースふれあい橋付近  
対象 市内在住の人  
用具 グラウンドゴルフ、ゲートボール、パークゴルフの各クラブ、ボール使用可(初めての人には貸し出します)  
申込・問合 井下(☎33・1510)へ

## 平成26年度スポーツ教室受講生募集

総合体育館では、下表のとおり平成26年度スポーツ教室の受講生を募集します。

申込・問合 往復はがきに、①教室名、②受講者氏名(ふりがな)、③電話番号、④新学年(子どものみ)、⑤硬式テニス教室については経験年数(できるだけ詳しく)を記入し、3月17日(月)必着で、〒595-0013 宮町2-50 総合体育館へ

なお、返信用はがきにも住所・氏名を記入のこと。はがき1枚で1教室1人の申し込みが可能です。また、定員を超えた場合は抽選します。

## マレットゴルフ 愛好会会員募集

大津川河川敷にある府下唯一のコ

## スポーツ教室

教室名	前期硬式テニス	ミニ・バスケットボール	陸上教室
日時	前期…4~9月の期間の金曜日 午後1時~3時(準備・片付けを含む)	土曜日(祝日などを除く) 午後6時~7時30分	金曜日(祝日などを除く) 午後4時~5時30分(冬期5時まで)
場所	総合体育館ほか(最終2回中央緑地)	条南小学校体育館	古池公園運動場
定員	前期30人	40人	50人
対象	市内在住・在勤の初心者(テニス協会・連盟主催の大会などに出場したことのない人)	小学校3~6年生	小学校3年生以上
持物	ラケット(※有料の貸しラケットあり) 室内用テニスシューズ(商品名にテニスシューズと明記のもの)	室内用運動靴	雨天の場合、室内用運動靴が必要(総合体育館にて行う)
受講料	受講料…4,600円 (教材費および保険料含む)	3,810円(4~7月中受付) 2,810円(8~11月中受付) 1,810円(12~3月中受付)	3,810円(4~7月中受付) 2,810円(8~11月中受付) 1,810円(12~3月中受付)
講師	増田仁孝ほか	市バスケットボール連盟	市スポーツ推進委員協議会
その他	※後期の募集は、9月に行います。	※受講料に保険料含む	※受講料に保険料含む



# 図書館だより

推薦図書や新着本を紹介します。☎32・0562

開館時間 → 午前9時30分~午後7時(土・日曜日、祝日は午後5時まで)

3月のカレンダー
1
2 3 4 5 6 7 8
9 10 11 12 13 14 15
16 17 18 19 20 21 22
23 24 25 26 27 28 29
30 31

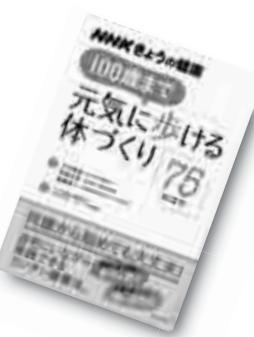
## 司書のおすすめブックス。



◆まだよまだだよ  
◆村上しのこ



◆科学者たちの挑戦  
◆ジヨン・タウンゼンド



◆100歳まで元気になれる歩ける体づくり  
◆大江隆史  
◆(他)

できるだけ長く自分の足で歩けるよう体を整えましょう。日常的にできる「歩ける体」の土台づくりや、「歩ける体」を維持・向上させるゆるラク運動をイラストで紹介。高齢期に入ってからの食事・栄養の大切さも伝えます。



## 図書館からのお知らせ

### 古い雑誌のリサイクル

図書館での保存期間の過ぎた古い雑誌を差し上げます。

日時 3月23日(日)午後1時30分~2時30分

場所 図書館2階ホール

対象 市内在住・在勤の人(図書館カードまたは確認できるもの持参)

冊数 同じ雑誌は1人2冊まで。種類は1人5種類まで

NEW FACE!! 泉大津に住んでいるかわいい子どものスナップです。

元気でーす! おおつっこ



鶴田  
つるた  
平成  
22年  
8月  
7日  
生

初めて地車曳きました☆ い  
い感じでしょ?  
(板原町)



泉本  
いずもと  
翔大  
しょうだい  
平成  
22年  
11月  
15日  
生

じいじのお山でお芋ほり。翔  
大の顔より大きなお芋がとれま  
した。「おナスも大きいのとれ  
たよー!」  
(二田町)



南  
みなみ  
琉偉  
るい  
平成  
25年  
6月  
28日  
生

パパとママのところに生まれ  
てくれてありがとう。元気でた  
くましい男の子に育ってね。大  
好きだよ~琉偉くん!  
(我孫子)

### 「おおつっこ」写真募集

このコーナーでは、小学校入学前の赤ちゃんの写真を募集しています。お子さんの写真と住所・名前(ふりがな)・生年月日・電話番号・保護者からのひとことを添えて、郵送(〒595-8686)またはEメール(kouhou@city.izumiotsu.osaka.jp)で秘書広報課まで。※応募写真は返却できません