

ひと

災害時にこそ 支え合える社会を

コラムのページ columns stand

日

本の観測史上最大の地震となつた東日本大震災から6年が経ちました。昨年も熊本県で震度7、鳥取県では震度6弱を観測した大地震が発生するなど、いつどこで大きな地震が発生するか分からぬ状況が続いています。防災の基本である自分の命、家族の命は自分で守る「自助」の観点からも住宅の耐震化や食糧、防災用品の備蓄をはじめとした普段からの備えの大切さを改めて感じます。

もしも大地震が発生したらどのような行動をするか、ご家庭で話し合つたことはありますか？避難所はどこのか、またその避難所までの安全な経路、非常用持ち出し袋の中身など、確認するべき事項はたくさんあります。本市

では地震や津波についての情報を詳しく記載したハザードマップを作成しており、市役所などで配布しているほか、ホームページでも閲覧可能でホームページでも閲覧可能でドマップを広げて、防災について話し合つていただきたいと思います。

今後、「南海トラフ巨大地震」や「上町断層帯地震」といった大きな地震の発生が懸念されています。実際にこれらの大震が発生すると状況により速やかに避難する必要がありますが、高齢者や障がい者の人などは1人で避難するのは困難です。そこで、平成25年6月に災害対策基本法が改正され、避難に特に配慮を要する人を「避難行動要支援者」と位置づけ、事前に名簿を作成して有事の際に活用で

きることとなりました。家族だけでなく、地域全体で避難行動要支援の人たちを支えていくことが大切です。東日本大震災では犠牲者の約6割が60歳以上の高齢者で、障がい者の死亡率は健常者の死亡率と比べて約2倍に上りました。さらに、災害直後や避難所生活においては、とくに人権が損なわれやすく、高齢者や障がい者などの社会的弱者に顕著に現れると言われています。いざ大地震が起つてしまつた時の被害を少しでも抑え、また人権を守るために、地域で連携しあつて助け合う「共助」の一環として、1人では避難が難しくて困っている人たちや避難所生活で困っている人たちをサポートしていくける社会を作つていきましょう。

コラム 知つてトクする元気になれる! 大作戦!

4月から「五月病」を 予防する!

■バランス食でビタミンB群を補給!

ビタミンB群はさまざまな食材に含まれていますが、水溶性ビタミンのため加熱し過ぎたり、長時間水にさらすと減少します。また体内に長くとどまることができないので日々の食事で補うことと、B1、B6など単体ではなくB群を含む下記の食材を取ることが大切です。

- ▷内…豚肉・レバー類
- ▷魚…かつお・まぐろ・うなぎ・にしん・さんま・あさり
- ▷野菜…ほうれん草・菜の花・からし菜
- ▷穀類…玄米
- ▷その他…枝豆・納豆・バナナ

五月病予防だけでなく、ビタミンB群は必要不可欠な栄養素です。1日3食、偏りのない食事で摂取を心がけてください。もちろんストレス自体をため込まないことも大事です。新年度も元気に過ごすために、年に1回の特定健診を受けて健康チェックをしましょう。

問合 保険年金課（市役所1階6番窓口）

4月は進学や就職で、環境が一変する人も多いと思います。これから始まる新生活を充実させるために、「五月病」は避けたいですね。今から出来る予防法を紹介します。

■環境変化で大量に消費される栄養素がある!

人は新しい環境では緊張や集中することが多くなるため、ストレス状態になります。それに対応するためホルモン物質を脳が作りますが、そこで大量にビタミンB群が必要となります。ストレス状態が続いてビタミンB群が減ってくると、「なんとなくだるいなあ」と感じることが多くなり、朝が起きづらい、集中力が続かないなどの症状が現れます。また、アルコール分解にもビタミンB群が大量消費されるため、歓迎会などで飲酒の機会が増える時期はビタミンB群の欠乏状態がすすみがちです。



る場合（タスクマネージャーによる終了またはパソコン再起動）

Internet Explorer を利用している場合、タスクマネージャーを起動してタスクを終了

（×マークをクリックするなど）

を行つても、ポップアップメッセージ

を表示され、ブラウザを終了できない場合があります。

その場合は、次のような手順

を行つてください。

※「ブラウザに「ウイルスを検出された」という警告が表示された」という西の警告が表示された終了させる」という手順

を参照してください。

※「アラウザに「ウイルスを検出された」という西の警告が表示された終了させる」という手順

予防接種・各種健(検)診の市内指定医療機関

※医療機関によっては予約が必要な場合がありますので医療機関にお問い合わせください。
※市立病院で子宮がん検診または乳がん検診を受ける場合は、予約専用番号32・5489におかけください。

医療機関名	電話番号	住所	子どもの予防接種						高齢者の予防接種		前立腺がん・肝炎ウイルス	大腸がん	乳がん	子宮がん	胃がんリスク	健康診査16歳~39歳までの市民
			B型肝炎	ヒブ・肺炎球菌・四種混合・水痘	MR	日本脳炎・二種混合	子宮頸がん	不活化ポリオ	65歳以上インフルエンザ	肺炎球菌ワクチン						
あづま医院	32-0897	池園町14-18	—	—	—	—	—	—	○予約	○予約	○	○	—	—	○	○
油谷クリニック	32-5111	豊中町2-5-10	○	○	○	○	—	○	○	○	○	○	—	—	○	○
市立病院	32-5622	下条町16-1(予約専用番号32-5489)	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○	○	○	○	○	○予約
いのうえ消化器内科クリニック	90-5457	松之浜町2-4-15	—	—	—	—	—	—	○予約	○予約	○	○	—	—	○予約	○
伊藤医院	22-0230	池浦町4-2-25	—	—	—	—	—	—	○予約	○予約	○	○	—	—	○	—
井庭医院	21-0443	田中町2-24	—	—	—	—	—	—	○	○	○	○	—	—	○	○
うえにし乳腺消化器クリニック	33-0724	二田町1-13-13あすと松ノ浜2階	—	—	—	—	—	—	○予約	○予約	○	○	○	○	—	○予約
うちだこどもクリニック	20-6360	旭町22-64 SAビル2階	○	○	○	○	○	○	○予約	○	○	○	○	—	—	—
戎野内科医院	32-5511	東助松町1-7-3	—	—	—	—	—	—	○	○	○	○	—	—	○予約	○
小川医院	45-3463	東豊中町1-5-55	—	—	—	—	—	—	○	○	○	○	—	—	○	○
沖本クリニック	31-3380	旭町23-38	—	—	○	○	○	○	○	○	○	○	—	—	○	○
片岡泌尿器科クリニック	20-5123	寿町3-34	—	—	—	—	—	—	○予約	○予約	○	○	—	—	○	○予約
上條診療所	32-1271	森町2-3-8	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○	○	○	○	—	—	○	○
かやのき内科医院	22-0378	上之町6-23	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○	○	—	—	○	○
かわい病院	21-6222	豊中町2-6-5	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○	○	—	—	—	—
川口クリニック	32-0050	なぎさ町6-1-503	○予約	○予約※1	○	○	○	○	○	○	○	○	—	—	○	○
川島クリニック	23-5600	池浦町4-5-41(婦人科32-3100)	—	—	—	—	○	○	—	○	○	○	—	○	○	○
川知内科クリニック	20-6800	池浦町4-5-10	—	—	—	—	—	—	○	○	○	○	—	—	○	○
川端医院	32-2580	戎町5-9	—	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○	○	○	○	—	—	○	○
きむら耳鼻咽喉科クリニック	20-0181	東助松町2-6-2-1	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—
塩田内科医院	45-1391	東豊中町1-12-6	—	○予約	○予約	○予約	○予約	—	○	○	○	○	—	—	○	○
信貴小児科	32-1082	若宮町10-5	○	○	○	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—
重信内科	22-2233	豊中町3-2-35	—	—	—	—	—	○	○	○	○	○	—	—	○	○
東雲八木診療所	32-7776	東雲町2-13	—	—	—	○	○	—	—	○	○	○	—	—	○	○
柴谷内科	32-2384	昭和町1-1	—	—	—	—	—	○	○	○	○	○	—	—	○	○
清水レディースクリニック	20-0170	東雲町3-8	—	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—
杉本医院	32-3251	本町4-17	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○	○	○	○	—	—	○予約	○
杉本クリニック	20-1585	助松町1-2-15	—	—	—	—	—	—	○予約	○予約	○	○	—	—	○	○
助松団地診療所	32-5776	助松団地3-11	○予約	○	○	○	○	○	○	○	○	○	—	—	○	○
高橋内科歯科クリニック	23-3432	寿町9-30	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○	○	○	○	—	—	○	○
竹原医院	22-2255	下条町18-17	○予約	○	○	○	○	○	○	○	○	○	—	—	○	○
田中内科クリニック	33-2671	松之浜町2-7-28	—	—	—	—	—	—	○	○	○	○	—	—	○	○
寺本医院	32-1848	旭町12-12	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○	○	○	○	—	—	○	○
中医院	32-1578	田中町9-16	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	—	—	○	○
中瀬クリニック	21-2501	楠町東1-1	—	○	○	○	—	○	○	○	○	○	—	—	○	○
永野医院	32-1075	上之町7-34	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○	○	○	○	—	—	○	○
長野クリニック	32-3234	二田町1-12-8	○	○	○	○	—	○	○	○	○	○	—	—	○	○
長本医院	32-1280	東助松町1-12-9	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○	○	○	○	—	—	○	○
西本医院	23-0070	田中町4-24	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	—	—	—	—
原病院	21-6616	東助松町1-7-1	—	—	—	—	—	—	○	○	○	○	—	—	○	○
平山胃腸科内科	33-6017	松之浜町1-1-4	—	—	—	—	—	—	○	○	○	○	—	—	○	○
ふじいクリニック	20-0224	池園町14-3	—	—	—	—	—	—	○予約	○予約	○	○	—	—	○予約	○予約
三浦クリニック	21-6081	松之浜町2-2-8	—	—	—	—	—	—	○	○	○	○	—	—	○	○
三瀬医院	44-3104	東豊中町3-18-1	—	—	—	—	—	—	○予約	○予約	○	○	—	—	○	○
宮崎耳鼻咽喉科	20-0888	池浦町2-6-26	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—
村上クリニック	31-2202	旭町18-3 アルザ泉大津	—	—	—	—	—	—	○	○	○	○	—	—	○	○
森内脳神経クリニック	90-7777	池浦町1-9-1	—	—	—	—	—	—	○予約	○予約	○	○	—	—	○予約	○予約
やまだクリニック	33-8882	曾根町3-9-33	—	—	—	—	—	—	○予約	○予約	○	○	—	—	○	○
吉川病院	32-3666	春日町2-10	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○予約	○	○	○	○	—	—	○	○
吉田内科クリニック	31-1988	森町1-3-22	—	—	—	—	—	—	○	○	○	○	—	—	—	○

*1水痘のみ予約



(問合)総合体育館=☎33・1200

中学硬式野球で体力づくり

1人でも多くの仲間とともに日々練習、試合に臨

定期予防接種

◎ 保健センターで実施 ◎

◆BCG予防接種 **対象**／生後3か月以上1歳未満(望ましい接種期間は生後5~8か月未満です。生後1歳を過ぎた場合は保健センターでは接種できません) **受付時間**／午後1時15分~2時30分 **受付場所**／保健センター2階 **持物**／母子健康手帳・BCG予防接種予診票
※BCG予防接種予診票は、保健センターにも用意しています。

実施日	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	H30年1月	2月	3月
	28日	8日 26日	23日	10日 28日	25日	11日 22日	27日	13日 24日	22日	15日 26日	23日	12日 23日

◎ 医療機関で実施 ◎

▷予防接種市内指定医療機関にて無料で受けられます(成人保健予定表参照)。
▷1年を通じて接種できるので、接種対象の月・年齢に達したら受けてください。
※月・年齢は予防接種を受ける日の満年齢です。
例・平成22年4月1日生まれの子どもが、四種混合予防接種を接種できる日はいつまで?
→平成22年7月1日~平成29年9月30日 (平成29年10月1日以降は接種できない)

▷持物／母子健康手帳、子ども医療証および健康保険証 ※予診票は各医療機関に備えています

■ 予防接種の種類・対象年齢など

予防接種名	対象年月齢	回数	標準的な接種間隔(接種可能な間隔)
◆ヒ ブ	I期初回	3回	27~56日(20日以上)
	I期追加	1回	I期初回3回目接種後7か月以上13か月未満(7か月以上)
◆小児用肺炎球菌	I期初回	3回	27日以上
	I期追加	1回	I期初回3回目接種後60日以上かつ1歳以上
◆B型肝炎	生後2か月~1歳未満	3回	27日以上の間隔で2回 初回接種から139日以上あけて1回
◆四種混合(DPT-IPV)(ジフテリア・百日咳・破傷風・不活化ポリオ)	I期初回	3回	20~56日(20日以上)
	I期追加	1回	I期初回3回目接種後12か月以上18か月未満(6か月以上)
◆麻しん風しん混合(MRワクチン)	I期	1回	生後12か月(1歳)~24か月(2歳)未満
	II期	1回	小学校入学前の1年間(年長児の間)
◆水痘(水ぼうそう)	生後12か月(1歳)~生後36か月(3歳)未満	2回	6か月~12か月未満(3か月以上)
◆日本脳炎	I期初回	2回	6~28日(6日以上)
	I期追加	1回	I期初回2回目接種後おおむね1年後(6か月以上)
	II期	1回	9歳~13歳の誕生日の前日まで
特例対象者※1	◇平成9年4月2日~平成19年4月1日生まれで20歳未満の人 全4回接種のうち不足している回数を定期接種として接種できます。※20歳のお誕生日の前日までしか定期接種として接種できません。		
	◇平成19年4月2日~平成21年10月1日生まれの人 <7歳6か月未満の人>本来のI期の定期接種の期間ですでI期の接種ができます。		
	<7歳6か月以上の人>I期の不足している回数をII期の定期接種の期間(9歳以上13歳未満)で定期接種として接種できます。		
◆二種混合(DT)(ジフテリア・破傷風)	II期(四種混合・三種混合の)	1回	11歳~13歳の誕生日の前日まで
◆子宮頸がん予防※2	小6~高1相当の女子 (平成13年4月2日~平成18年4月1日生)	3回	
◆不活化ポリオ(IPV)※3	I期初回	3回	20~56日(20日以上)
	I期追加	1回	I期初回3回目接種後12か月以上18か月未満(6か月以上)

※1 平成17~21年度にかけての日本脳炎の予防接種の積極的勧奨の差し控えにより接種を受ける機会を逸した人に接種。

※2 子宮頸がん予防ワクチンはワクチンの種類によって接種間隔が異なります。詳細は接種時に医師にご相談ください。また、平成25年6月14日から積極的な勧奨を一時中止しています。

※3 四種混合を接種している人は接種不要です。

接種の間隔について

○生ワクチン(BCG・麻しん風しん混合・水痘)の後は次の予防接種まで27日以上あける必要があります。(4週間後の同じ曜日には接種可能です)

○不活化ワクチン(ヒブ・肺炎球菌・B型肝炎・四種混合・日本脳炎・二種混合・子宮頸がん予防・不活化ポリオ)の後は次の予防接種まで6日以上あける必要があります。(1週間後の同じ曜日には接種可能です)

予防接種の注意事項

○お子さんの体の調子が良いときに受けましょう。
○個別通知はありません。
○受け方がわからないとき、心配のあるときは、主治医または保健センターにお問い合わせください。

年齢によって受ける健診が違います。あなたは、今年何歳になりますか?

年齢	健診種類	問い合わせ先	持 物
16~39歳	健康診査	保健センター(☎33・8181)	健康保険証
40~74歳	特定健康診査	各医療保険者	健康保険証・特定健診受診券(泉大津市国保の場合)
75歳以上	後期高齢者医療健康診査	大阪府後期高齢者医療広域連合(☎06・4790・2031)	健康保険証・後期高齢者医療健診受診券

◆40歳以上の生活保護受給者は、健康診査(市内医療機関)を受診できます。(問合 保健センター☎33・8181)

いづみおおつ健康チャレンジ計画~応援します! 楽しみながら健康づくり~

この取り組みは、元気で長生きできることを目標に、市民1人ひとりが、楽しみながら健康づくりにチャレンジしていただくための取り組みで、昨年度に引き続き実施します。特定健診やがん検診などの受診や、健康づくりに関する講座やイベントへの参加、ウォーキングなどの健康づくりに取り組み、ポイントを貯めて応募すると、素敵な賞品が抽選であります。

◎対象／16歳以上の市民

◎チャレンジ期間 平成29年6月1日(木)~平成30年2月28日(水)

平成29年4月1日から受診された健(検)診もチャレンジ期間の対象としますので、受診日など控えておいてください。ポイント対象事業、ポイントの貯め方、応募方法など詳しくは、6月号広報いづみおおつ、市ホームページなどでお知らせします。

抽選で素敵な賞品が当たる!



■ 健康教育(出前講座を実施しています) 市職員などが皆さんの希望する場所に出向き、健康づくりに役立つ情報をお話しします。

費用は無料!	出前講座メニュー
	①健康推進課 ・生活習慣病について ・乳幼児の子育てについて(健康・発達)
	②高齢介護課 ・転倒、膝腰痛、骨粗しょう症予防や認知症予防、お口の健康など介護予防について
	③保険年金課 ・特定健康診査について ・メタボリックシンドロームについて

◎日時／要相談(1テーマ90分以内とします)

◎対象／地域の団体(サークル活動、町内会、自治会、老人クラブなど)

※申し込み時に詳細の打ち合わせをします。
※政治、宗教、営利、陳情を目的とした催しなどを行うおそれがあるときは、出前講座を実施できません。
※出前講座の他にも、食や運動に関してさまざまな講座の開催を予定しています。詳細は、毎月の広報でお知らせします。

申込・問合
①保健センター(☎33・8181)へ
②高齢介護課(市役所1階8番窓口 ☎33・1131)へ
③保険年金課(市役所1階6番窓口 ☎33・1131)へ

食と栄養・健康づくり教室「地域ボランティアセミナー」

健康で毎日元気に生活するため、食生活や健康づくりについて皆さんと一緒に学び、学んだことを活かして、食のボランティアとして地域で活動してみませんか。5月から、食の講義や運動実技、調理実習などを含んだ全9回の教室を開催します。

◎対象／市内在住で食や健康づくり、食のボランティア活動に興味のある人

◎場所／保健センター ※詳しい内容は4月号広報をご覧ください。

健康相談

健康についての各種相談を受け付けています。

内 容	日 時	場 所
健 康 相 談	毎週月~金曜日	保健センター
歯科・栄養相談 (個別相談のみ予約制)	午前9時~午後5時	保健センター



詳細は、毎月の広報いづみおおつでご確認ください。

問合 保健センター(☎33・8181)

泉大津市宮町2-25

開館時間

午前8時45分~午後5時15分



平成29年度 母子保健予定表(保存版)

子育てあんしんサポート窓口

保健センターでは子育てコンシェルジュとして保健師が常駐し、助産師、発達相談員(発達支援コンシェルジュ)とともに、お父さん・お母さんやお子さんの健康や子育てに関する悩みなど、さまざまな相談に応じ、必要に応じて家庭訪問やサービスなどの紹介を行っています。



不妊に悩む方への特定治療助成

不妊に悩む人への特定治療費を一部助成しています。詳しくは保健センターまでお問い合わせください。

母子健康手帳発行

母子健康手帳はお母さんと生まれてくる赤ちゃんの健康状態を記録するもので母子の健康管理に必要です。窓口で妊娠届出書とアンケートの記入をしていただきます。代理の人でも受付しますが、その場合、後日ご本人にアンケート内容などでお電話します。



受付日／月～金曜日(祝日を除く) 受付時間／午前8時45分～午後5時15分 場所／保健センター窓口 持物／個人番号カードまたは通知カード、本人確認できるもの(運転免許証など)

産後ケア

産後のお母さんと赤ちゃんのこころとからだをサポート。ショートステイとデイケアの2つのコースがあります。

対象／産後1か月未満のお母さんと赤ちゃんで、育児に不安や疲れを感じ家族などから支援を受けられない人。

申込／保健センターまたは市立病院へ

訪問指導

◆こんなにちは赤ちゃん訪問事業

すべてのご家庭を訪問します。対象の人に保健センターから個別に連絡します。

訪問時期／4か月児健診まで(おおむね生後1～2か月ごろ)

内容／赤ちゃんの身長・体重測定、母子保健サービスの紹介など

◆妊婦・産婦訪問指導

対象／妊婦・産婦(産後1年末満) 申込／電話で保健センターへ

◆乳幼児訪問指導

対象／乳児・幼児のお子さんとその家族 申込／電話で保健センターへ

育児相談

◆7か月児育児相談

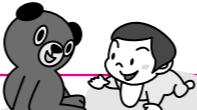
(診察はありません)

受付時間／△前半…午後0時45分～1時 △後半…午後1時30分～1時45分いずれかの時間でお越しください。 場所／保健センター 持物／母子健康手帳、オムツやミルク(必要な人)

対象	H28年8月生	9月生	10月生	11月生	12月生	H29年1月生	2月生	3月生	4月生	5月生	6月生	7月生
実施日	4月4日	5月2日	6月6日	7月4日	8月1日	9月5日	10月3日	11月7日	12月5日	1月9日	2月6日	3月6日

◆乳幼児育児相談会

日程／7か月児育児相談と同じ(上記参照) 受付時間／午後2時30分～3時(予約不要) 場所／保健センター 持物／母子健康手帳、オムツやミルク(必要な人) 対象／就学前の子ども(身体計測・相談)



電話での育児相談、歯科相談、発達相談、栄養相談も行っています。お気軽に保健センターへ。

◆歯科・栄養相談(個別相談のみ予約制)

乳幼児の歯・栄養に関する相談を行います。
日時／月～金曜日 午前9時～午後5時

◆発達相談(予約制)

子どものことば、行動面など発達に関しての相談を行います。

◆母子育児相談(予約制)

助産師による母乳育児に関しての相談を行います。日程は4か月健診と同じです。

育児教室

◆たまごくらす(両親教室)※予約制

■たまごくらすの内容

①	ママと赤ちゃんの歯の話、お産の話、アロマを用いたリラックス体操
②	マタニティクッキング、妊娠中の栄養について
③	赤ちゃんの話、泉大津市の子育て情報
④	パパ講座(妊娠疑似体験、沐浴体験など)



お母さんの健康と赤ちゃんの健やかな発育を願って、両親教室を行っています。
日時／保健センターへ問い合わせ 場所／保健センター(④パパ講座は会場が異なります) 対象／妊娠とそのパートナーまたは家族 参加費／500円(資料代)

◆ベビーCooking(離乳食講習会)

離乳食のポイントや作り方、メニューなど栄養士がお話しします。

時間／午後1時30分～3時(受付時間1時15分～) 場所／保健センター3階
持物／母子健康手帳、オムツやミルク(必要な人)

対象	H28年11月生	12月生	H29年1月生	2月生	3月生	4月生	5月生	6月生	7月生	8月生	9月生	10月生
実施日	4月17日	5月15日	6月19日	7月24日	8月21日	9月25日	10月16日	11月20日	12月18日	1月22日	2月19日	3月19日

◆ほっとひと息まんま(食のサロン)

離乳食や幼児食など、食に関する心配ごとの相談や食のアドバイスを行っています。

時間／午後1時30分～3時30分 場所／保健センター2階 調理実習室

実施日	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	H30年1月	2月	3月
実施日	4日	2日	6日	4日	1日	5日	3日	7日	5日	9日	6日	6日

子育て広場

月齢に応じて親子で集まる広場を開催しています。お気軽にご参加ください。

◆ぴよぴよくらぶ



対象／生後1か月～8か月児未満の親子 時間／午前10時30分～11時30分 場所／保健センター3階 持物／母子健康手帳・オムツやミルク(必要な人) 内容／親子の交流・計測(必要な人)・育児相談(子育て相談員・助産師・保健師)

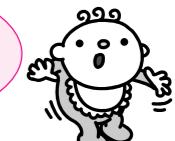
①の日程は午前10時～10時30分にタッチケア(赤ちゃんマッサージ)を行っています。

実施日	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	H30年1月	2月	3月
①	3日	1日	5日	3日	7日	4日	2日	6日	4日	—	5日	5日
②	19日	17日	21日	19日	—	20日	18日	15日	20日	17日	21日	—

◆赤ちゃん広場

対象／生後7か月～1歳未満の親子 時間／午後2時30分～4時 場所／保健センター3階 持物／母子健康手帳・オムツやミルク(必要な人) 内容／親子の交流・育児相談

地域の主任児童委員さんや子育て相談員、保健師などが一緒に参加しています



実施日	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	H30年1月	2月	3月
実施日	4日	2日	6日	4日	1日	5日	3日	7日	5日	—	6日	6日

◆1・2・3のみんなの広場

対象／1歳～3歳児の親子 時間／午後2時30分～4時 場所／保健センター3階 持物／オムツやお茶(必要な人) 内容／親子の交流・育児相談

地域の民生委員さん、主任児童委員さんや子育て相談員が一緒に参加しています

実施日	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	H30年1月	2月	3月
実施日	11日 19日	9日 17日	13日 21日	11日 19日	8日	12日 20日	10日 18日	14日 15日	12日 20日	17日 21日	13日 21日	13日

『子育てしやすいまち泉大津』



こども未来課からのお知らせ (市役所1階3番窓口)

親子で遊ぼう体験会 みんな おいで いっしょに あそぼ

未就園のお子さんを対象に行います。お子さんや保護者の交流の場として、また親子で遊ぶ場としていただけたらと思っています。楽しい遊びを計画していますので、お子さんを連れて、気軽に遊びに来てくださいね！

保育所 ★申込必要				
受付開始日:4月10日(月) 午前9時~午後5時				
※各保育所ごとに定員になり次第締め切ります。直接ご希望の保育所にお越しください。電話・ファックスの申し込みは不可。				
場所・連絡先	定員	対象年齢	名称	前期日程 時間:午前10時~11時
戎保育所 ☎21-1471	6組	生後6か月~1歳半	パンダ	①5/18(木) ②6/1(木) ③6/15(木)
要保育所 ☎22-0564	10組	1歳~3歳児	ももちゃん	①5/11(木) ②5/25(木) ③6/15(木) ④7/13(木)
浜保育所 ☎33-5432	10組		ペンギン	①5/11(木) ②5/25(木) ③6/8(木)
宇多保育所 ☎32-2612	10組		りんご	①5/25(木) ②6/8(木) ③7/8(木)
条東保育所 ☎21-0221	10組		ひよこ	①5/11(木) ②6/8(木) ③6/29(木)
勤労青少年ホーム ☎こども未来課	15組	生後6か月~1歳半	認定こども園 ☎22-0057	①6/23(金) ②7/14(金) 勤労青少年ホームにて当日午前9時30分から受け付け(事前申込不要)

持物…着替え・水筒・タオルなど各自で必要なもの

※当日午前8時時点で、各種警報が一つでも発令の場合は中止 ※徒歩か自転車でお越しください。

問合 各保育所・認定こども園・幼稚園

(勤労青少年ホームの問い合わせはこども未来課)

4月分から改定 問合 こども未来課 児童扶養手当の月額改定

児童扶養手当の月額が平成29年4月分から改定されます。8月10日に振込予定の児童扶養手当から改定された金額になります。

- ▷全部支給の月額…4万2,330円 → 4万2,290円
- ▷一部支給の月額…9,990円~4万2,320円 → 9,980~4万2,280円
- ▷第2子加算額…(全部支給) 1万円 → 9,990円
(一部支給) 5,000円~9,990円 → 5,000円~9,980円
- ▷第3子加算額…(全部支給) 6,000円 → 5,990円
(一部支給) 3,000円~5,990円 → 3,000円~5,980円

1度
あそびに
きてね！

園庭を開放しています
園庭で、自由におもちゃを使って
親子で遊んでくださいね。

公立幼稚園

【時間】毎週金曜日 午前9時30分~10時30分 【対象】0歳~就学前

公立保育所

【時間】毎週火曜日 午前9時30分~11時 【対象】0歳~就学前

★保育所では絵本貸し出しまして
います。
※自転車または徒歩でお越しください。
※天候や行事などで中止することもあります。

成人、マタニティ、在宅訪問、後期高齢者歯科健診を行う市内指定医療機関

医療機関名	電話番号	住 所	成人歯科 後期高齢者歯科 マタニティ歯科	在宅訪問 歯科	医療機関名	電話番号	住 所	成人歯科 後期高齢者歯科 マタニティ歯科	在宅訪問 歯科
青木歯科医院	32-3259	戎町3-21	○	一	杉山歯科	23-0034	虫取町1-5-1-106	○	○
あかさき歯科医院	21-1909	神明町3-22	○	○	高橋歯科	22-3194	我孫子68小柴ビル	○	一
磯田歯科医院	21-1041	東助松町2-9-3	○	一	タケヤマ歯科	33-8049	旭町16-47ラブリーハイツ2階	○	一
岩月歯科医院	31-2212	旭町7-27	○	一	多田歯科医院	31-4730	松之浜町2-7-28	○	○
おくくぼ歯科	58-6482	田中町10-1千百松ビル2階	○	一	田中歯科医院	32-1928	松之浜町2-7-28	○	一
柿本歯科	21-8148	田中町1-6	○	一	としな歯科医院	22-4182	池浦町2-6-29	○	一
かじ歯科医院	31-0888	助松町1-1-23-202	○	一	中田歯科医院	22-0661	曾根町3-1-7	○	一
片山歯科医院	23-1182	森町1-13-13	○	一	中南歯科医院	20-1234	旭町23-44	○	○
川崎歯科医院	32-5055	東助松町1-8-25	○	一	中村歯科医院	21-8361	旭町21-27	○	○
貴野歯科医院	21-0651	東助松町1-2-10	○	○	西村歯科	44-7788	東豊中町1-5-55	○	○
木下歯科医院	21-7733	本町1-6	○	○	まごころ歯科	31-8556	東助松町2-10-8	○	一
黒田歯科医院	32-3752	若宮町6-3	○	○	浜本歯科医院	32-5556	池園町5-24	○	○
洪歯科医院	33-4182	若宮町1-12ラブリーハイツ2階	○	一	ほりぐち歯科医院	31-1010	東助松町4-2-33	○	一
小滝歯科医院	21-1160	我孫子160-5	○	○	むらかみ歯科	23-7888	松之浜町1-1-15-1	○	○
小西デンタルクリニック	43-8055	東豊中町1-8-7	○	○	村田歯科	21-2151	二田町3-3-10	○	○
坂下歯科	31-2500	森町1-4-32	○	一	八木歯科クリニック	23-0252	豊中町1-8-8	○	一
下出歯科	33-8118	未広町1-8-10	○	一	和洲会クリニック	33-2000	池浦町4-6-35	一	○
杉岡歯科医院	22-6471	条南町9-21	○	○					

祝日・年末年始の歯科急病診療

市では泉大津市歯科医師会の協力を得て、下記の歯科医院において祝日・年末年始などに歯科の急病診療を実施します。

診療日	医 院	電話番号	診療日	医 院	電話番号
4月29日祝	川崎歯科医院(東助松町1-8-25)	32-5055	12月31日(日)	岩月歯科医院(旭町7-27)	31-2212
5月3日祝	田中歯科医院(松之浜町2-7-28)	32-1928	1月1日(祝)	おくくぼ歯科(田中町10-1)	58-6482
5月4日祝	黒田歯科医院(若宮町6-3)	32-3752	1月2日(火)	小滝歯科医院(我孫子160-5)	21-1160
5月5日祝	柿本歯科(田中町1-6)	21-8148	1月3日(水)	高橋歯科(我孫子68)	22-3194
7月17日祝	中南歯科医院(旭町23-44)	20-1234	1月8日(祝)	高橋歯科(我孫子68)	22-3194
8月11日祝	片山歯科医院(森町1-13-13)	23-1182	2月12日(祝)	西村歯科(東豊中町1-5-55)	44-7788
9月18日祝	中田歯科医院(曾根町3-1-7)	22-0661	3月21日(祝)	八木歯科クリニック(豊中町1-8-8)	23-0252
9月23日祝	杉岡歯科医院(条南町9-21)	22-6471	(備考)		
10月9日祝	坂下歯科(森町1-4-32)	31-2500	☆診療受付時間は各医院とも午前9時30分~11時30分、午後1時~4時です。		
11月3日祝	岩月歯科医院(旭町7-27)	31-2212	☆医院ごとに初診料が必要です。		
11月23日祝	おくくぼ歯科(田中町10-1)	58-6482	☆受診の際は必ず電話で確認のうえご来院ください。		
12月23日祝	小滝歯科医院(我孫子160-5)	21-1160	☆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。歯科医院に電話がつながらない時は市消防本部(☎21-0119)までお問い合わせください。		
12月30日(土)	坂下歯科(森町1-4-32)	31-2500			

土・日曜、祝日に子どもが病気になったときは

◎泉州北部小児初期救急広域センター

(岸和田市荒木町1-1-51 ☎072-443-5940)

診療日と受付時間

- ▷土曜日…午後5時~10時
- ▷日曜・祝日・年末年始(12月29日~1月3日)…午前9時~正午、午後1時~4時、午後5時~10時



市民の皆さんの健康づくりに関することは

◎保健センター (宮町2-25 ☎33-8181)

開館時間

月~金曜日の午前8時45分~午後5時15分(祝日、年末年始を除く)





保健センターからのお知らせ (☎33・8181)



各種相談・健診の日程

子育てを中心とした、さまざまな相談や健康診査などを実施しています。

予防接種

■ヒブ・小児用肺炎球菌・B型肝炎・四種混合・MR(麻疹風疹混合ワクチン)・水痘・日本脳炎・不活化ポリオ・二種混合・子宮頸がん予防

市内指定医療機関で個別接種。広報いづみおおつ4月号「平成29年度 母子保健予定表(保存版)」をご覧ください。

※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予防接種

実施日 4月28日(金) 受付時間 午後1時15分～2時30分

場所 保健センター

対象 生後3か月～1歳未満(標準的な接種期間は生後5～8か月)

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。予診票は子ども医療証の手続きの際などにお渡しした「予防接種と子どもの健康」冊子に挟んでいます。

また、予防接種を受ける際は、必ず接種後の副反応について確認してください。※母子健康手帳をお忘れの場合は、接種することができませんのでご注意ください。

日本脳炎予防接種の特例措置について

平成17～21年度の間、日本脳炎予防接種は積極的な接種勧奨が差し控えられていました。この期間内に日本脳炎予防接種を受けていない人は、特例措置として不足分を無料で接種することができます。接種を希望する人は母子健康手帳で接種履歴を確認のうえ、市内指定医療機関で接種してください。

■特例対象者

▷平成9年4月2日～平成19年4月1日生まれで20歳未満の人 全4回接種のうち不足分を接種できます。※20歳の誕生日の前日までしか定期接種として接種できません。

▷平成19年4月2日～平成21年10月1日生まれの人

1期の不足分を2期の定期接種の期間(9歳以上13歳未満)に接種できます。



乳幼児健診

健診名 対象 日程

4か月児健診 H28年12月1日～12月20日生 4月26日(火)

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

1歳6か月児健診 H27年9月1日～9月20日生 4月11日(火)
H27年9月21日～10月10日生 4月13日(木)
H27年10月11日～10月31日生 5月9日(火)

3歳6か月児健診 H25年9月生 4月19日(火)

場所 保健センター 受付時間 個別に通知します。

15歳未満の子どもが休日に病気になつたら…

泉州北部小児初期救急広域センター

(岸和田市荒木町1-1-51 ☎072・443・5940)

育児相談

相談名	対象	日時
7か月児相談	H28年9月生	5月2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	5月2日(火) 午後2時30分～3時受付
ほとー息まんま食のサロン(食に関する相談・アドバイス)	就学前の乳幼児	5月2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)	1か月～8か月未満の親子	4月19日(水)、5月1日(月) 午前10時30分～11時30分 ※5月1日(月) 午前10時～10時30分
※タッチケア(赤ちゃんマッサージ)		
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	5月2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	4月11日(火)、4月19日(火) 5月9日(火) 午後2時30分～4時
場所	保健センター	

よい歯を育てる会(歯科健診)

対象	日程	受付時間
2歳児	H27年4月生	4月27日(木) 午後0時50分～1時20分
2歳6か月児(育児相談会)	H26年10月生	4月25日(火) 午後0時45分～1時15分
3歳児	H26年4月生	4月18日(火) 午後0時50分～1時20分
場所	保健センター 持物	歯ブラシ・母子健康手帳・お茶・問診表(記入して) ※今月都合の悪い場合は来月でも可(予約不要) ※個別に通知します。

ベビーCooking(離乳食講習会)

日程	対象	時間
4月17日(月)	H28年11月生	午後1時30分～3時 (午後1時15分から受付開始)
場所	保健センター	※今月都合が悪い場合、来月でも可(予約不要)

発達相談

発達相談員が個別に相談をお受けします(予約制)。

たまごクラス(両親教室)

4月・5月コース受け付け中です。
詳細は保健センターまでお問い合わせください。

※お子さん連れの参加はご遠慮ください。

【受付】▷土曜日…午後5時～10時 ▷日曜日・祝日・年末年始(12月29日～1月3日)…午前9時～午後10時

※正午～午後1時と午後4時～5時は受け付け不可
なお、休日の救急診療は市消防本部(☎21・0119)へ。



子育て応援ひろば

おやこ広場からのお知らせ (地域子育て支援センター ☎23・0012)

おやこで出かけてみませんか?※4月は準備などのため4月6日(木)から開催します。

★たんぽっぽ

対象 就学前まで
時間 ▷火～木曜日…午前9時30分～午後0時30分、午後1時～3時 ▷金曜日…午後1～3時 ▷土曜日…午前9時30分～午後0時30分

★おひさま広場(園庭で外遊び)

対象 就学前まで
時間 ▷金曜日…午前9時30分～午後0時30分 ▷土曜日…午後1時～3時

★赤ちゃんルーム

対象 1歳未満
時間 毎週月曜日 午前9時30分～午後0時30分、午後1時～3時
※3日は終日、24日の午前はお休み

地域子育て支援センターからのお知らせ (☎23・0012)

第1回子育て講座「木のおもちゃのお話と遊び方」

木のおもちゃの良さを実感しませんか?

いろいろな木のおもちゃを見たり遊んだりしながら、おもちゃ選びのポイントや、木のおもちゃの良さを、おもちゃコンサルタントが紹介します。お話を聞きながら、お子さんと一緒に木のおもちゃを楽しんでください。

日時 4月24日(月) 午前10時30分～11時30分(午前10時15分受付)

場所 地域子育て支援センター子育て支援ルーム(かみじょう認定こども園内)駐車場は数台分利用可。

対象 市内在住の0歳～1歳半の子どもと保護者、妊娠中の人口

定員 申込先着20組

講師 野路智美氏(日本グッドトイ委員会認定おもちゃコンサルタント)

申込・問合 4月12日(木)から、月～金曜日の午後1時～4時に地域子育て支援センターへ電話にて

おもちゃコンサルタントがやってきます!



教育支援センターからのお知らせ

平成29年度親の会(子育て勉強会)のお誘い

教育支援センターでは、カウンセラーの先生を招き、子育て勉強会を開催します。毎月、子育てに関するテーマをもとに、親と子の関係や子育てについて学びます。

参加希望者は全員参加可能です。支援センターから連絡はしませんので、ご了承ください。各自スリッパをご持参ください。

日時・内容

▷4月13日(木)…新学期の不安

▷5月11日(木)…先生、ママ友とのコミュニケーション

▷6月8日(木)…お小遣い「いつからいくら持たせてる?」

▷7月13日(木)…「いつまで?どこまで?」手出し口出し親心

▷9月14日(木)…「うちの子って変わってる?」

▷10月12日(木)…どう向き合う?登校しぶり・不登校

いずれも第2木曜日の午前10時～正午(受付は午前9時45分～)

場所 教育支援センター ※車での来所はご遠慮ください

対象 就学前施設～中学生ぐらいのお子さんがいる市内保護者など

申込・問合 ①参加者氏名 ②お子さんの年齢 ③参加希望日(複数可)をご記入のうえ、ファックス(33・7353)、メール(iz-edc@izumiotsu-ed.jp)、件名は「親の会参加」または電話(☎31・4460)で申し込みください。



1 友好都市ランナーが泉州国際市民マラソンに参加 1位と2位でフィニッシュ！

本市の友好都市であるオーストラリアのグレータージローン市から、泉州国際市民マラソンに参加するため、ジェイムス・ダルトンさん（男性）とトレーシー・ダグラスさん（女性）が来日されました。2月19日の大会当日、2人は一般の部のランナーの中で、それぞれ女性1位と男性2位に輝きました。また、滞在中は泉大津国際交流協会主催の交流会に参加したり、ホストファミリーと過ごすなど、日本を満喫しました。



認知症ドキュメンタリー映画上映会 認知症の症状である「徘徊」を映画に

2月19日、テクスピア大阪にて、地域包括支援センターや泉大津市立病院など、医療・介護における関係機関が協同で、認知症ドキュメンタリー映画「徘徊～ママリン87歳の夏～」の上映会を開催しました。認知症の周辺症状の1つである「徘徊」を赤裸々に、かつ笑いをちりばめた内容で、超満員の観客は映像に引き込まれていました。

交通安全・防犯講習会を開催 安全と安心のまちをめざして

社会福祉協議会は、ファミリーサポートセンター会員に安全、安心して子育てをサポートしてもらうことを目的に、2月17日に交通安全・防犯講習会を開催しました。府下および泉大津市警察署管内における交通事故の発生状況と特徴、DVDを使用した視聴覚講習、保育施設までの送迎の際に交通事故に遭遇しないための留意事項、過去の歩行者、自転車の交通事故例について、泉大津警察署・岡交通課長が講演しました。また、「無差別傷害事件」などの事例と遭遇したときの最善策について、こども未来課の職員（警察OB）が話しました。

古池公園で毎朝ラジオ体操 楽しみながら、健康づくり

古池公園では、何十年も前から、毎朝ラジオ体操を行っています。雨の日以外、毎日です。現在、参加者のほとんどが後期高齢者になっていますが、みな元気です。

2年くらい前から、ラジオ体操公認1級指導士のインストラクターも参加し、動きもよくなりました。また、スタンプ帳に押印してくれるので、それが励みにもなっています。ラジオ体操以外にも、ウォーキングや軽い筋トレ、楽しいおしゃべりなど、自分に合った健康づくりを楽しみながら続けています。



まちの話題

Izumiotsu Town Topics



泉大津で起きたさまざまなできごとやイベントを、写真とともにお届けします。



桃の節句をお祝い 今日はたのしいひなまつり♪

3月3日、市内各保育所などでひなまつりの行事が行われ、要保育所では0歳児から5歳児までの子どもたちがリズム室に集まり、ひなまつり会を行いました。「元気で幸せに大きくなれますように」と願いを込めて、ひな人形を飾っているよ」と話を聞いたり、うれしいひなまつりの歌に合わせてパネルシアターの人形を飾って楽しみました。子どもたちの作ったおひな様の前で写真を撮り、給食では菜の花寿司、菜の花すましをおいしくいただき、心も体も春を感じながら、桃の節句のお祝いをしました。



「泉大津市オリアム隨筆賞」表彰式・文学フォーラム 著名文化人による「オリアムエッセイ教室」を開催

3月12日に第5回「泉大津市オリアム隨筆賞」の表彰式がテクスピア大阪で行われました。表彰式では、市長から受賞者へ表彰状等が授与され、最優秀賞を受賞された小森知子さん（大阪府松原市）からは「今後、ペンを持つたび、糸に触れるたび今日のこの日を思い出すと思います。私の宝物となりました」との受賞の感想がありました。

また、表彰式の後、受賞者をはじめて選考委員の難波利三氏・木津川計氏・眉村卓氏・有栖川有栖氏による「オリアムエッセイ教室」が開催され、エッセイの書き方や楽しみ方など、関西を代表する文化人たちの個性あふれる語り口で、来場者を魅了しました。普段文章を書かない来場者の人からも、「とても勉強になり、感動した」「エッセイを書いてみたくなった」などの声が数多くあり、内容の濃い文章教室となりました。



40歳～74歳の泉大津市国民健康保険加入の皆さんへ
平成29年度の受診券が送付されます

年に1回 特定健康診査を受けて、健康寿命を延ばしましょう！

今年度の特定健康診査受診券（ピンク色）が4月下旬ごろからご自宅に郵送されます。市では国民健康保険（以下、国保）に加入している40歳から74歳の人を対象に、生活習慣病の予防などを目的として特定健康診査（以下、特定健診）を次のような流れで実施しています。また、国保では健診料が無料ですので、年に1回は特定健診を受けて、自分の健康状態をご確認ください。

特定健診利用の流れ

- ①受診券の送付 4月下旬に保険年金課から市国保加入者に「特定健康診査受診券」（ピンク色）を送付します。
- ②特定健診の日程確認 下表もしくは受診券に同封のパンフレット「特定健診 利用の手引き」をご参照ください。ホテル健診などを追加で実施する場合は広報紙などでお知らせします。また、受診券で人間ドックを受診することも可能です。（いずれか1つのみ）
- ③受診日の持物 受診当日は、泉大津市国民健康保険被保険者証（保険証）と特定健康診査受診券をご持参ください。
- ④健診結果の通知 受診後、健診結果が通知されます。メタボリック

クシンドロームによる生活習慣病（糖尿病や高血圧など）のリスクが高いと判定された人には、特定保健指導の案内が届きます。生活習慣病の発症、重症化予防のためにも、ぜひ保健指導を受けてください。

特定健診の健診項目 ①診察 ②身体計測（身長、体重、腹囲）③血圧測定 ④血液検査（脂質、血糖、肝機能、腎機能など）⑤尿検査 ⑥心電図 ※眼底検査は、一定の条件を満たす人のみが対象。希望者は、必ず受診前に保険年金課にお問い合わせください。

今年度75歳になる人へ

誕生日を境に、次のとおり健康診査の受診方法が異なります。健康診査をいつ受診するかはご自分で決めることができますので、選択した健康診査の受診方法で年1回の受診をお願いします。

○75歳誕生日前日まで 送付した特定健診受診券を使って受診できます。

○75歳誕生日当日以降 誕生日の翌月上旬に、府後期高齢者医療広域連合から届く受診券を使って、後期高齢者医療健康診査を受診できます。健診料は無料です。

問合 保険年金課（市役所1階6番窓口）

**6月から「いづみおおつ健康チャレンジ計画」スタートします!!
～楽しみながら健康づくり！まずは健（検）診受診でポイントゲット！～**

この取り組みは、元気で長生きできることを目標に、市民一人ひとりが、楽しみながら健康づくりにチャレンジする取り組みで、昨年度に引き続き実施します。

特定健診やがん検診などの受診や、健康づくりに関する講座やイベントへの参加、ウォーキングなどの健康づくりに取り組み、ポイントを貯めて応募すると、素敵な賞品が抽選であります。

対象 16歳以上の市民（平成30年3月31日現在）

チャレンジ期間 6月1日(木)～平成30年2月28日(水)

※平成29年4月1日から受診された健（検）診もチャレンジ期間の対象としますので、受診日など控えておいてください。

参加賞 全員にあり

ポイント対象事業、ポイントの貯め方、特典内容、応募方法など、詳しくは広報いづみおおつ6月号、市ホームページなどでお知らせします。

「いづみおおつ健康チャレンジ計画」に協賛、サポートいただける企業・団体を募集します。

「いづみおおつ健康チャレンジ計画」に賛同し、健康づくりに寄与する商品や特典などを提供いただける企業・団体を募集します。

▷協賛・サポートいただいた企業・団体様には

- ・市ホームページやポスター・チラシなどを通して企業名、商品名などを掲載します。

- ・商品の受け取り時に企業PRチラシなどお渡しできます。

▷募集期間 平成29年4月3日(月)～21日(金)（土・日曜日を除く）

▷募集方法 申請書を、保健センターに郵送またはお持ちください。郵送の場合は4月21日(金)消印有効。ご不明な点がございましたらお気軽にお問い合わせください。（募集案内・申請書は市ホームページからダウンロードできます）

チャレンジ計画 **検索**

問合 健康推進課（保健センター）（☎33・8181）

特定健康診査の日程・場所 健診は年度内に特定健診、国保ブチドック、人間ドックのいずれか1回の受診に限ります。

	対象	日程	申込方法	健診会場
特定健診 個別健診	40～74歳 (75歳誕生日の前日～ S53.3.31生まれ)	6/18(日)、9/10(日)、10/15(日)、 10/16(月)、H30.3/11(日)	日程によって要予約。受付時間： 午前9時～午前11時30分	保健センター（宮町2-25）
		受診券到着後～H30.3/31	受診前に医療機関にお問い合わせください。	市内特定健康診査指定医療機関 (受診券同封のパンフレット参照)
	5/29(月)、30(火)、 6/19(月)、20(火)、10/23(月)	各日とも定員100人で要予約。 特定健診受診券に同封のブチドック案内ちらしを参照してください。		保健センター
人間ドック	30～74歳 (受診時現在)	○40～74歳…受診券到着後～ H30.3/31 ○30～39歳…受診券は届きません。 受診前に必ず保険年金課窓口で申請してください。	要予約（直接医療機関へ）	人間ドック指定医療機関 (受診券同封のパンフレット参照)

・国保ブチドックとは、特定健診と3つのがん検診（肺・胃・大腸）がセットで受診できる予約制の健診です。

・6/18、10/15、16は特定健診のほか、保健センターが実施するがん検診（肺・胃・大腸）が実施されます。ただし、この日にがん検診の受診を希望する場合は、保健センターへの予約（先着順）が必要です。予約開始日など詳しくは4月号中綴じの「成人保健予定表」をご覧ください。

・人間ドックの受診方法や助成制度などについては、受診券に同封のパンフレットを参照ください。

**食と栄養・健康づくり教室「地域ボランティア養成セミナー」参加者募集
(基礎・ステップアップ全9回コース)**

基礎コース	日時	内容（予定）	ステップアップコース	日時	内容（予定）
1	5月22日(月) 午前9時30分～正午	・食事のリズムを大切に ・1日に必要なエネルギー ・泉大津市の食育と健康		6	8月29日(火) 午前9時30分～午後1時
2	6月1日(木) 午前9時30分～正午	・歯の健康について ・バランスの良い食事 ・お酒と間食の話		7	9月7日(木) 午前9時30分～11時30分
3	6月15日(木) 午前9時30分～11時30分	・運動習慣をつけよう ・運動実技①		8	9月29日(金) 午前9時30分～正午
4	7月6日(木) 午前9時30分～正午	・栄養表示の見方 ・グループワーク 「献立作り」①		9	10月11日(火) 午前10時～午後0時30分
5	7月20日(木) 午前9時30分～正午	・グループワーク 「献立作り」② ・グループ発表			

対象 市内在住で食や健康づくり、地域ボランティア活動に興味のある人※基礎コースのみ受講可※以前に本講座を受講した人は参加不可

定員 先着20人

持物 筆記用具、電卓

費用 全9回コース 1,000円（実習、バイキング費用として）基礎コースのみは無料

問合・申込 保健センター（☎33・8181）か窓口

4月17日(月)午前8時45分から受付開始

平成29年度の健康診査・人間ドック費用の助成について

後期高齢者医療健康診査について

人間ドック費用の一部助成について

大阪府後期高齢者医療広域連合の被保険者の人々に、「健康診査受診券」を4月下旬頃に「受診券在中」の記載のある封筒にてお送りします。（年度途中に新たに75歳になられる人には、誕生日の翌月当初に順次お送りします。）

受診券がお手元に届きましたら、広域連合が指定する医療機関などにおいて、受診券に記載された有効期限までに無料（年度中に1回）で受診することができます。受診の際は、事前に医療機関などに連絡のうえ、受診券と被保険者証を忘れずにお持ちください。

ただし、以下に該当する長期入院中や施設入所中の人はなどは、病院・施設において健康管理が図られているため、健康診査の対象者から除いています。

- ①病院または診療所に6か月以上継続して入院中の人
- ②特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、養護老人ホーム、障害者支援施設などの施設に入所または入居している人

※退院・退所したなど事情変更があった場合は、受診券を発行しますのでお問い合わせください。

問合 大阪府後期高齢者医療広域連合 納付課
(☎06・4790・2031 ファクス 06・4790・2030)

受付時間 月～金曜日（祝日を除く。）
午前9時～午後5時30分

大阪府後期高齢者医療広域連合では、被保険者的人々が人間ドックを受診された場合の費用の一部を助成しております。

費用の助成を受けるには、市区町村の担当窓口に必要書類をお持ちいただき、申請する必要があります。なお、各年度中（4月1日から翌年3月31日まで）1回の受診に対し、2万6,000円を上限として費用の一部を助成します。

【申請に必要なもの】

- ▷人間ドックの領収書の写し
- ▷検査項目が確認できるもの（検査結果通知書の写しなど）
- ▷被保険者証
- ▷口座情報がわかるもの
- ▷印かん

【注意事項】

人間ドックを受診された人は、申請されるまでの間、領収書などを大切に保管願います。



