

保健センター

TEL 472-2800
FAX 471-9868

*開催場所・申込先は特に記載のない限り保健センターです。
*費用は特に記載のない限り無料です。

離乳食講習会



▼日時／1月30日(火) (午前9時40分～45分受付) ▼内容／離乳食についてのお話、子どもの月齢に応じた献立の調理実習・試食 ▼対象／4～11か月未満児を持つ保護者(当日保育有り) ▼定員／先着20人(要予約/初めての人優先) ▼参加費／200円 ▼申し込み／1月23日(火)まで



下荘地区で開催！ 脳イキキ元気講座 「頭すっきりゼミナール」



年齢とともに現れる物忘れなどを、年だから仕方がないとあきらめていませんか。ずっと健康な頭(脳)でいるための生活習慣のポイントについての話や

頭(脳)を鍛えるメニューなどをご用意しています。

▼日程／2月6日(火)・13日(火)・20日(火)・27日(火)、午前9時30分～11時(4回コース) ▼場所／箱作西住民センター(加茂神社の隣) ▼対象／おむね65歳以上の人 ▼定員／先着20人 ▼申し込み／2月2日(金)までに**介護保険課**へ
(内線2472) TEL 471-5678

神経芽腫検査の休止について

1歳7か月児健康診査時に配布している神経芽腫検査については、平成29年度をもって休止となります。

現在、神経芽腫検査のキットをお持ちの人で検査を希望する人は、**平成30年2月末日必着**で大阪母子医療センターへ検体を送付してください。期限が過ぎると検査ができませんのでご注意ください。

詳しくは、お問い合わせください。
◎大阪母子医療センター
TEL 0725-574103

防災コミュニティセンター 健康相談日の記載について おわびと訂正

本誌昨年11月号11ページ記載の「防災コミュニティセンターでの健康相談」の実施日に誤りがありましたので、おわびして訂正いたします。
誤 第1火曜日、第3木曜日
←
正 第1木曜日、第3火曜日
※相談受付時間は、午前10時～11時30分です。

高齢者インフルエンザ予防接種の 接種期間の延長について

インフルエンザワクチンの供給不足に対応するため、接種期間を1月31日(水)まで延長します。これに伴い、予防接種無料券の申請受付は、1月24日(水)まで延長します。
◎保健センター TEL 472-2800



保健センター			
内容	対象	実施日時	持参品
健康相談・栄養相談	年齢に関係ありません	電話でご予約ください	
赤ちゃん相談	妊婦及び未就学児	1月9日(火)、2月6日(火) 受付：午前9時30分～11時、午後1時～2時30分	母子健康手帳
フッ素塗布	1歳8か月～3歳6か月になる月の子ども	2月13日(火)、3月13日(火) 受付：午後1時～2時	母子健康手帳 費用500円
子どもの予防接種 ※保護者(親権者)が同伴できない場合は原則接種できません。			
集団接種			
内容	対象	実施日時	持参品
BCG	3か月になる前日～1歳になる前日	1月15日(月)、2月5日(月) 受付：午後1時～2時	母子健康手帳 予診票
個別接種			
※B型肝炎、Hib(ヒブ)感染症、小児の肺炎球菌感染症、四種混合、ポリオ(不活化)、麻しん・風しん混合、水痘、日本脳炎、二種混合の予防接種は、対象・委託医療機関など「阪南市保健事業年間行事予定表」でご確認ください。 ※ヒトパピローマウイルス感染症予防接種(子宮頸がん予防)は、現在、積極的にはお勧めしていません。詳しくは、お問い合わせください。 ※日本脳炎については、①平成19年4月2日～平成21年10月1日生の9歳以上13歳未満(誕生日前日)で第1期未完了の人、②平成9年4月2日～平成19年4月1日生の20歳未満(誕生日前日)で未完了の人は特例措置を受けることができる場合があります。詳しくは、お問い合わせください。			

泉佐野保健所 (代表TEL 462-7701)	
内容	実施日時
肝炎ウイルス検査 《要予約 TEL 462-7703》	2月7日(水) 午前9時30分～10時
風しん抗体検査 《要予約・定員20人、TEL 462-7703》	1月15日(月)、2月5日(月)・19日(月) 午前10時～11時
HIV即日検査(希望者には梅毒即日検査も実施) 《無料・匿名可、TEL 462-7703》	1月15日(月)、2月5日(月)・19日(月) 午後1時～2時
こころの健康相談(アルコール依存症・認知症含む) 《要予約・無料、TEL 462-4600》	月～金曜日(閉庁日は除く) 午前9時～午後5時45分
医療に関する相談 《無料 TEL 462-7701》	月～金曜日(閉庁日は除く) 午前9時～午後4時
献血	
実施日時	場所
1月3日(水) 午前10時～午後4時30分	オークワ尾崎店前
2月9日(金) 午前10時～正午、午後1時～4時30分	阪南市役所玄関前
対象：体重50kg以上で、17～69歳の男性・18～69歳の女性(男女とも65歳以上の方は、60～64歳の間に献血の経験がある人)	



このマークは、「はんなん健幸マイレージ」のポイント対象となることを示しています。

きいて納得講座 「ご存じですか？ 骨の健康 コツコツ学ぼう骨粗しょう症」



〈医師編〉

骨の強さは骨の量（骨密度）と骨の質（骨質）で決まります。骨粗しょう症は、骨の量が減少したり、骨の質が劣化したりして骨が弱くなり、骨折しやすくなる病気です。

本講座では骨粗しょう症のメカニズム・予防・治療などについて医師が詳しくお話しします。

- ▶日時 1月26日(金)午後1時30分～3時
- ▶講師 楠本幸弘さん（くすもと整形外科 院長）
- ▶定員 先着30人（要予約）
- ▶持ち物 健康手帳・はんなん健幸マイレージカード（持っている人のみ）
- ▶申し込み 1月25日(木)まで

本講座は医師編、食事・運動・生活編のどちらかだけでも受講することができます。

〈食事・運動・生活編〉

骨量を維持するための食事のポイント、カルシウムたっぷり献立の調理実習、運動、日常生活の注意点について、管理栄養士・理学療法士・保健師がお話しします。

- ▶日程 ①2月7日(水)②2月14日(水)③2月21日(水)
- ▶時間 ①②は午後1時30分～3時、③は午前10時～午後1時
- ▶内容 ①骨粗しょう症予防の食事のお話、②運動実技と日常生活の注意点についてのお話、③カルシウムたっぷりメニューの調理実習
- ▶定員 先着各15人程度（要予約）
- ▶参加費 ③に参加の人は500円（調理実習代）
- ▶持ち物 健康手帳・はんなん健幸マイレージカード（持っている人のみ）
- ▶申し込み 2月6日(火)まで

☎保健センター Tel 472-2800



阪南市民病院からのお知らせ

糖尿病教室 ～食事療法について～

「どの商品を選ぶ？ 知っておきたい表記の意味 微糖、低糖、ノンシュガー」



- ▶日時 1月25日(木)正午～午後1時
 - ▶場所 阪南市民病院7階さつきホール
 - ▶講師 辻下明日香（管理栄養士）
 - ▶定員 先着30人
 - ▶参加費 500円（食事をしながら学びましょう）
- ※詳しくは、慢性疾患看護外来にお問い合わせください。

●看護助手・事務員募集中

阪南市民病院では、看護助手（パート）・事務員（パート）を募集しています。「やさしい」「ていねい」「あったかい」医療を一緒にめざしませんか？

※詳細、お申し込みについては阪南市民病院ウェブサイトをご覧ください。



☎阪南市民病院 Tel 471-3321

特定健診受診はお済みですか

～健診で地域に広がる元気の輪～



平成29年度到達年齢が40～74歳の阪南市民健康保険の加入者は、指定医療機関で受診できます。

なお、指定医療機関については、4月に発送している個別通知をご覧ください。

受診期限は1月末までです。まだ受診していない人は早めに受診してください。

☎保健センター Tel 472-2800



「泉州南部初期急病センター」

年始の診療のご案内

1月1日(祝)～3日(水)

- ▶所在地／泉佐野市りんくう往来北1-825
- ▶電話番号／464-6040
- ▶受付時間／午前9時30分～11時30分、午後0時30分～4時30分
- ▶診療科目／内科・小児科（内科・小児科以外の診療科目はありません）

※受診時には、必ず健康保険証・医療証を持参してください。年末の診療については、本誌昨年12月号2ページをご覧ください。