

6月のお知らせ

詳しい内容は市HPをご覧くださいか、各連絡先に問い合わせ
てください。電話番号はお間違いのないよう、ご注意ください。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、変更になる場合があります。

市の公共施設の運営状況やイベント・募集などに関する最新情報は市HPをご覧ください。



健康・福祉

健康に関する総合相談窓口

月曜～金曜日(祝・休日を除く)9時～17時
保健師、助産師、歯科衛生士、栄養士などが相談を受けます

〈成人〉健康政策課(保健所内・中桜塚)☎6858-2292
〈妊娠・出産・子育て〉中部母子保健係(岡上の町)☎6858-2293



未就学児に関わる制度や催しに、このマークをつけています

妊婦・産婦

| | |
|---------------------|--|
| 母子健康手帳・妊婦健康診査受診券の交付 | ☎中部(岡上の町)・庄内(島江町)・千里(新千里東町)の各保健センター ☎手帳・受診券の交付、母子保健サービスの説明、妊婦相談ほか ☎市外から転入し、豊中市の受診券と交換していない場合は中部母子保健係に問い合わせ ☎同係☎6858-2293 ※交付時に個人番号(マイナンバー)の記入と本人確認書類の提示が必要です |
| ぶれまま&育児ママ相談室 | ☎☎7月7日(火)中部保健センター(岡上の町)、7月16日(木)庄内保健センター(島江町)、7月28日(火)千里保健センター(新千里東町)。いずれも9時30分～15時 ☎助産師による妊婦や授乳中の母と子の個別相談(乳腺炎は除く) ☎各10人 ☎電話で中部☎6858-2804・庄内☎6332-8555・千里☎6873-2721の各母子保健係。先着順 |
| マタニティークラス | ☎7月14日(火)13時30分～15時30分 ☎中部保健センター(岡上の町) ☎妊娠中の食事や歯について、歯磨き実習、妊娠中に知っておきたい授乳の話 ☎20人 ☎電話で中部母子保健係☎6858-2804。先着順 |
| マタニティーフッキング | ☎7月20日(月)13時45分～15時30分 ☎中部保健センター(岡上の町) ☎妊娠中の食事と離乳食の簡単な調理実習 ☎16人 ☎200円 ☎電話で中部母子保健係☎6858-2293。先着順 ☎5人。要申し込み。先着順 |

乳幼児に関する教室・相談・健康診査

| | | | |
|-----------------|---|---|--|
| 離乳食講習会 | ごっくんクラス | ☎☎①7月2日(木)庄内保健センター(島江町) ②7月28日(火)中部保健センター(岡上の町)。いずれも13時45分～ ☎生後4カ月・5カ月ごろの子どもの保護者、①30人②60人 | ☎6月23日(火)9時30分から電話で中部母子保健係☎6858-2804。先着順 |
| | かみかみクラス | ☎☎①7月3日(金)庄内保健センター(島江町) ②7月27日(月)中部保健センター(岡上の町)。いずれも13時45分～ ☎生後8カ月・9カ月ごろの子どもの保護者、①30人②60人 | |
| | 幼児食講座 | ☎☎7月2日(木)庄内保健センター(島江町)、7月28日(火)中部保健センター(岡上の町)。いずれも14時45分～ ☎1歳～おおむね3歳の子どもの保護者、各15人 | |
| | すくすくよい歯の教室 | ☎☎7月8日(水)千里保健センター(新千里東町)、7月16日(木)中部保健センター(岡上の町)、7月30日(木)庄内保健センター(島江町)。いずれも13時30分～ ☎乳児の歯科健診と保護者の虫歯菌テスト、歯磨き準備と虫歯予防の話 ☎生後8カ月～10カ月ごろの子どもと保護者、各30組 | |
| 産婦・新生児・低体重児訪問指導 | ☎乳房の手当てや母乳の与え方、赤ちゃんの発育などについて、保健師、助産師が家庭訪問し個別相談 ☎生後28日以内(過ぎてても可)の新生児と産婦 ☎母子健康手帳の「産婦・新生児訪問依頼票兼低体重児連絡票」を中部☎6858-2293・庄内☎6332-8555・千里☎6873-2721の各母子保健係へ郵送。電話可 | | |
| 乳幼児健康診査 | ☎4カ月児健診、1歳6カ月児健診、3歳6カ月児健診 ☎対象者には日程などを個別に送付 ☎健診未受診の人には、保健師が家庭訪問を行う場合あり ☎中部母子保健係☎6858-2804 | | |

子どもの定期予防接種 (推奨スケジュール)

予防接種手帳(出生届受付の約1カ月後に郵送)などと併せて確認し、市HPに記載の医療機関で予約の上、接種。受け方(年齢・回数・間隔)が異なると、任意接種(有料)になるので注意してください。豊中市の予診票を持っていない人、市外で予防接種を希望する人(要事前申請)、予防接種の相談は、保健予防課(保健所内・中桜塚)☎6152-7329に連絡してください。

| ワクチン (対象疾病) | 年齢 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|----------|---|---|---|---|----|----|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------|
| | 接種対象年齢 | | | 望ましい接種年齢 | | | | | | | | | | | | | | |
| | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 7 |
| | カ | カ | カ | カ | カ | カ | カ | カ | カ | カ | 歳 | 歳 | 歳 | 歳 | 歳 | 歳 | 歳 | 歳半 |
| | 月 | 月 | 月 | 月 | 月 | 月 | 月 | 月 | 月 | 月 | 歳 | 歳 | 歳 | 歳 | 歳 | 歳 | 歳 | 歳半 |
| B型肝炎 【不活化】 | ※①～④は接種回数と接種タイミング例 ※→は複数回接種するワクチンの、次の接種までの間隔 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ヒブ (インフルエンザ菌b型) 【不活化】 | 1回目～3回目は1歳までに接種 | | | | | | | | | | | | | | | | | 接種開始年齢により 接種回数が異なります |
| 小児用 肺炎球菌 【不活化】 | 1回目～3回目は2歳までに接種 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 四種混合 (ジフテリア・ 破傷風・百日せ き・ポリオ) 【不活化】 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| BCG(結核) 【生】 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 麻疹風しん (MR) 【生】 | 第1期：1歳になったらできるだけ早く 第1期 ① 第2期 ② 第2期：小学校入学前の1年間。令和2年度は平成26年4月2日～平成27年4月1日生まれの子どもが対象 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 水痘 (水ぼうそう) 【生】 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 日本脳炎 【不活化】 | 標準的には①は3歳から、③は4歳 第1期 第2期 9歳～13歳未満に1回接種 【接種機会を逃した人の特例措置】 ・平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれの人は、20歳になるまで定期接種可能 ・平成19年4月2日～平成21年10月1日生まれの人は、第1期末接種分を第2期の対象年齢時(9歳～13歳未満)に接種可能 6日以上(標準的には6日～28日) 6カ月以上(標準的には1年後) | | | | | | | | | | | | | | | | | |

- ▶【不活化】=不活化ワクチン、【生】=生ワクチン。次に別のワクチンを接種する場合、接種の翌日から、不活化ワクチンの後は6日以上・生ワクチンの後は27日以上空ける。
- ▶11歳～13歳未満に接種する二種混合(ジフテリア・破傷風)、小学6年～高校1年生相当の女子が接種する子宮頸がん予防(ヒトパピローマウイルス感染症)の詳細については予防接種手帳、市HPなどで確認してください。
- ▶受け方を間違い、定期予防接種と認められなかった場合、健康被害が生じた際に予防接種法に基づく補償を受けることができないため、注意してください。
- ▶長期にわたり療養を必要とする疾病などのため、定期予防接種の対象年齢時に接種できなかった人は、条件により接種が可能となる場合があります(要相談)。



》》》成人健診 令和2年4月～令和3年3月の間で1回、集団・個別のいずれかを選んで受診してください。
自覚症状がある場合は、早めに医療機関を受診してください。


| 申し込み方法 | | 受診に当たっての必要書類ほか |
|---|---|--|
| <p>【集団健診】 ☎健診受付専用ダイヤル☎0570-00-2291 (月曜～金曜日、9時～17時15分) ▶令和3年3月分まで随時受け付け可。各健診定員あり。先着順。定員を超えた場合は別日を案内 ▶「広報とよなか」掲載以外にも日程あり。健診受付専用ダイヤルに問い合わせてください ▶受診決定者には受診日の1週間前までに詳細の案内を発送 ▶健診結果は約1カ月後に郵送</p> <p>【個別健診】 各取扱医療機関に直接申し込み。取扱医療機関は健康政策課☎6858-2291へ問い合わせ。結果のお知らせ方法は医療機関によって異なるため、受診の際に確認してください</p> | | <p>▶資格確認のため下記の書類を持って、各会場</p> <p>【特定健康診査・後期高齢者医療健康診査】 ・受診券 ・受診票(はがき) ・健康保険証か後期高齢者医療保険証</p> <p>【市民健康診査・がん検診ほか】 ・受診票(はがき)</p> <p>▶市民税非課税世帯や生活保護受給世帯、中国残留邦人等支援給付対象の人は無料になる制度あり(要申し込み) ☎健康政策課☎6858-2291 ▶集団健診年間日程や個別健診取扱医療機関などは市HPでも閲覧可</p> |
| 健診の種類・対象・定員・費用 | 集団健診の場所・日程、個別健診の有無 | 健診の内容ほか |
| <p>市民健康診査 ☎事業所などで健診を受ける機会のない30歳～39歳の人(障害者手帳を持つ15歳以上の人)、40歳以上の生活保護受給者、各70人</p> <p>特定健康診査 ☎国民健康保険に加入する40歳～74歳の人、各70人</p> <p>後期高齢者医療健康診査 ☎後期高齢者医療保険に加入している人、各70人</p> | <p>▶中部保健センター(岡上の町)= 7月10日(金) 9時～11時 ▶庄内保健センター(島江町)= 7月18日(土) 13時～15時 ▶千里保健センター(新千里東町)= 7月27日(月) 13時～15時 ▷個別健診あり</p> | 問診、身体測定、血圧測定、血液検査、尿検査、医師の診断により貧血・心電図・眼底検査 |
| <p>肝炎ウイルス検査 ☎B型・C型肝炎検査を過去に受診したことのない、20歳以上の人</p> | 上記の特定健康診査などと同時実施 ▷個別検診あり | 血液検査 |
| <p>大腸がん検診 ☎40歳以上、各70人 ¥300円(大腸がん検診単独受診者)</p> | 上記の特定健康診査などと同時実施 ▷個別検診あり(特定健康診査などと同時受診が必要) | 問診、便潜血反応検査2日法 |
| <p>前立腺がん検診 ☎50歳以上の男性、各70人 ¥500円</p> | 上記の特定健康診査などと同時実施 ▷個別検診あり(特定健康診査などと同時受診が必要) | 血液検査(PSA検査) |
| <p>肺がん・結核検診 ☎40歳以上、各70人 ¥無料。問診後、必要な人に、たん検査200円</p> | 上記の特定健康診査などと同時実施 ▶大阪刀根山医療センター(刀根山) = 7月18日(土)9時～11時 ▷個別検診なし | 問診、胸部エックス線撮影 |
| <p>乳がん検診 ☎30歳以上の、西暦で偶数年生まれの女性、午前・午後各40人(令和元年度に未受診の人は受診可) ¥500円</p> | <p>▶庄内保健センター(島江町)= 7月9日(木) ▶中部保健センター(岡上の町)= 7月15日(水) いずれも9時30分～11時、13時30分～15時 ▷個別検診あり</p> | 問診、触診、マンモグラフィ。受診不可の人は次のとおり ▷妊娠中(可能性のある人も含む)▷授乳中▷卒乳後6カ月以内▷しこりや乳頭からの分泌(赤色)がある▷豊胸手術や脂肪注入をしている▷ペースメーカーを装着している▷乳腺外科で治療中や経過観察中 |

| 健診の種類・対象・定員・費用 | | 集団健診の場所・日程、個別健診の有無 | 健診の内容ほか |
|---|---|---|--------------------------------------|
| 胃がん検診(選択制) | 胃エックス線検査 ☑50歳以上の、西暦で偶数年生まれの人、40人(令和元年度に胃がん検診未受診の人は受診可) 費用800円 | ▶千里保健センター(新千里東町)= 7月20日(月) 9時~11時 ▷個別検診あり | 問診、胃部エックス線撮影 |
| | 胃内視鏡検査 ☑上記胃エックス線検査を参照 費用1,000円 | ▷個別検診のみ | 問診、胃カメラ検査。抗血栓薬服用中の人など既往症によっては受診できません |
| 子宮がん検診 ☑20歳以上の、西暦で偶数年生まれの女性(令和元年度に未受診の人は受診可) 費用600円。個別検診のみ 費用1,000円 | | ▶庄内保健センター(島江町)= 7月7日(火)13時30分~15時 ▷個別検診あり | 子宮頸部細胞診(個別検診のみ、医師の判断により体部検診も受診可) |
| 歯科健康診査 ☑30歳~74歳の人、75歳以上の生活保護受給者 費用200円(70歳以上の人は無料) | | ▷個別健診のみ | 問診、歯周病・虫歯などの検査 |
| 骨密度測定 ☑18歳以上の女性、午前・午後各30人 費用400円 | | ▶中部保健センター(岡上の町)= 7月21日(火) 9時~11時、13時~14時30分 ▷個別検診なし | 超音波による骨量検査(はだしになって測定) |

検査・相談


| | |
|------------------------------------|---|
| HIV(エイズ)・梅毒即日セット検査と性感染症電話相談 | ☑☑ HIV・梅毒即日セット検査 7月7日(火)・16日(土)13時~14時。結果は15時~16時に本人へ手渡し 〈性感染症電話相談〉月曜~金曜日9時~17時15分。エイズや梅毒などの性感染症の予防・症状・感染・治療について、医師・保健師と相談 ☑☑保健予防課(保健所内・中桜塚)☎6152-7316 |
|------------------------------------|---|

急病電話相談 (突然の病気やけがで困ったとき)

| | |
|---|--|
| 救急安心センター おおさか | ☑救急医療相談を相談員や看護師が医師の支援体制のもと24時間、365日対応 ▶相談電話=携帯電話・PHS・プッシュ回線は☎#7119、ダイヤル回線・IP電話は☎06-6582-7119 |
|  小児救急電話相談 | ▶相談時間=20時~翌朝8時 ▶相談電話=携帯電話・PHS・プッシュ回線は☎#8000、ダイヤル回線・IP電話は☎06-6765-3650 |

※誤飲に関する相談は、大阪中毒110番☎072-727-2499(24時間、365日対応)

休日・夜間急病診療 ◎受診の際は必ず健康保険証などを持参してください

| 内容 | 受付日時 | 場所・連絡先 |
|--|---|--|
| 休日急病診療(内科、小児科、歯科) | 日曜日、祝・休日9時30分~16時30分(診療は10時から) | 医療保健センター(上野坂)☎6848-1661 庄内保健センター(島江町)☎6332-8558 |
|  小児初期救急(小児科) | 月曜~金曜日(祝・休日を除く)18時30分~翌朝6時30分(診療は19時から) 土曜日(祝・休日を除く)14時30分~翌朝6時30分(同15時から) 日曜日、祝・休日8時30分~翌朝6時30分(同9時から) | 豊能広域こども急病センター(箕面市萱野)☎072-729-1981 |

上記医療機関では、けが、骨折、やけど、異物の飲み込みは受診できませんので、症状により、以下の病院へ相談してください
上田病院(庄内幸町)〈内科・外科・整形外科〉☎6334-0831、関西メディカル病院(新千里西町)〈内科・外科・整形外科〉☎6836-1199、小西病院(曾根東町)〈外科〉☎6862-1701、市立豊中病院(柴原町)〈内科・外科〉☎6843-0101、豊中若葉会病院(東豊中町)〈内科・整形外科〉☎6856-9550

※救急診療日が決まっている科目もありますので、各病院に直接問い合わせてください

※適切な医療機関が分からない場合は、府救急医療情報センター☎6693-1199(24時間、365日対応)



慰霊巡拝者を募集

時 間 下表参照 図 下表の行き先での戦没者の遺族(遺族の対象範囲は要問い合わせ)で、政府実施の当該地域での慰霊巡拝に参加したことのない人や、当該地域を一度も訪問したことのない人。原則として80歳以下で健康状態が良好な人。定員は下表参照 注 国外は20万円〜35万円、硫黄島は2万円〜3万円(いずれも概算) 他 行き先によって中止の場合あり。フィリピンは、班によって巡拝ルートが異なる 田 地域共生課にある申込用紙で、同課 ☎6858・2219。厚生労働省の選考あり

たちばな園の民営化に伴う運営事業者を募集

▼運営開始日 令和4年4月 〓 募集要項 〓 左記説明会で配布 ▼選定 〓 書類と面接により審査

内 民営化する同園の管理運営 〓 社会福祉法人など

説明会

時 7月10日(金)14時〜 所 障害福祉センター 一ひまわり(稲津町) 申 6月29日(月)〜7月9日(木)に電話でひまわり ☎6866・1011

市立豊中病院 救急外来の受診はお控えください

救急搬送された患者や新型コロナウイルス感染症への対応を優先しています。近隣の診療所や他の救急医療機関をご利用

慰霊巡拝実施日程

| 行き先 | 日程 | 申込期限 | 定員 |
|-------------|---------------------|----------|------|
| ビスマーク諸島 | 10月10日(土)〜17日(土) | 6月4日(木) | 10人 |
| トラック諸島 | 10月23日(金)〜28日(木) | 6月12日(金) | 15人 |
| 硫黄島 | 11月10日(火)・11日(水) | 7月3日(金) | 100人 |
| | 令和3年2月16日(火)・17日(水) | 10月2日(金) | 100人 |
| ミャンマー | 11月12日(木)〜20日(金) | 6月12日(金) | 15人 |
| フィリピン(1〜3班) | 令和3年2月19日(金)〜26日(金) | 9月4日(金) | 70人 |

用ください。 〓 同病院 ☎6843・0101

日本脳炎ワクチンは4回接種しましょう

日本脳炎ワクチンは、計4回の接種が必要です。接種機会を逃した人の特例措置も設けられています。

小学4年生と18歳の人へお知らせはがきを送付します。対象の人は忘れずに接種しましょう。

〓 保健予防課 ☎6152・7329

(関連記事13ページ)

6月の献血

輸血用血液の安全性向上のため、本人確認ができるものの提示をお願いする場合があります。成分献血は実施していません。

〓 市献血推進協議会 (社会福祉協議会内・岡上の町) ☎6841-7335

▶ 市役所第二庁舎 = 25日(木)10時〜16時30分

(広告)

梅雨から夏に増える 食中毒にご注意を

気温や湿度が上がるこれからの季節は、細菌による食中毒が起りやすくなります。

家族や自身の健康を守るため、予防の3原則に気を付けて、食事を安全に楽しみましょう。

食中毒予防の3原則

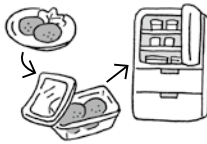
1 菌を付けない

- せっけんを使ってこまめに手を洗う
- 肉や魚に触れた調理器具は使用のたびにきれいに洗う
- 調理用の箸と食事用の箸を使い分ける



2 菌を増やさない

- 調理した後はできるだけ早く食べる
- 購入した食品や調理後すぐに食べないものは、できるだけ早く冷蔵庫へ入れる
- 食品に表示されている期限や保存方法を守る



3 菌をやっつける

- 肉や魚は中心部の色が変わるまでしっかり加熱する
- 調理器具などは洗剤でよく洗って汚れを落とした後、熱湯で煮沸消毒する



衛生管理課 ☎6152-7320

閩保健予防課 ☎6152・7315

傷ついたりこのケアに こころのケアガイドブック

地震や台風などの自然災害や事件・事故などでストレスを抱えた人のこころのケアについて、支援する人・ストレスを抱えた人両方に参考になる情報を載せています。同ガイドブックは市HPからご覧いただけます。

老人介護者(家族)の会に入会しませんか

認知症や寝たきりなどの高齢者の介護について、同じ悩みを持つ人同士が介護方法や福祉に関する情報の交換などを行います。

¥千200円(年会費) 閩社会福祉協議会 ☎6848・1279

高 齢 者

敬老の日に 金婚の夫妻をお祝い

9月に祝意状と記念品(フォトフレームなどの授産製品)を郵送でお届けします。

対昭和45年9月15日までに結婚し、まだ市からお祝いを受けておらず、申請時に健在の夫妻 申電話で長寿安心課 ☎6858・2707。受け付け後に送付する届出書(市HPからも取り出し可)に、戸籍の全部事項証明書(戸籍謄本)か個人事項証明書(戸籍抄本)を同封し、〒561-8501「豊中市役所長寿安心課」。6月30日(火)必着



介護支援専門員 実務研修受講試験

時10月11日(日) 申6月1日(月)から長寿安心課、庄内(庄内幸町)・新千里(新千里東町)の各出張所で配布の願書を、府地域福祉推進財団 ☎6763・8044へ簡易書留で郵送。6月29日(月)消印有効

(広告)



障害者

手話通訳者養成
スキルアップ講習会

時連 6月27日(土)・7月11日(土)・8月1日(土)・22日(土)・9月5日(土)・12日(土)・10月10日(土)・24日(土)・11月7日(土)・14日(土)・9時30分～11時30分 所 障害福祉センターひまわり(稲津町) 関 聞き取り、読み取り、学習ほか 対 府の手話通訳者養成講座の受講経験があり(受講中も可)、市登録者をめざす人 申 往復はがきに、講習名、住所と名前(返信用も)、年齢、電話

難聴者向け手話講習会

番号、府養成講座の受講年月日を書き、〒561-0854 稲津町1-1-20 障害福祉センターひまわり ☎68666・1001 1. 6月10日(水)必着 所 障害福祉センターひまわり(稲津町) 関 入門編・中級編の同時申し込み可。入門編は未受講者優先 申 往復はがきに、講習名、住所と名前・ふりがな(返信用も)、年齢、電話番号、手話の経験年数を書き、〒561-0854 稲津町1-1-20 障害福祉センターひまわり ☎68666・1001。6月15日(月)必着

入門編

時連 6月30日～9月8日の火曜日(8月11日を除く10回) 10時10分～12時10分 関 簡単なあいさつや指文字などの基礎知識 対 途中で聴覚・言語機能に障害のある手話初心者、10人 費 300円

中級編

時連 9月29日～12月8日の火曜日(11月3日を除く10回) 10時10分～12時10分 関 簡単な日常会話や気持ちを伝えるなどの表現 対 途中で聴覚・言語機能に障害があり、あいさつや指文字程度の手話ができるか初級の講習会を受講したことのある人、15人 費 300円

足腰強化でフレイル予防!

とよなか
パワーアップ体操

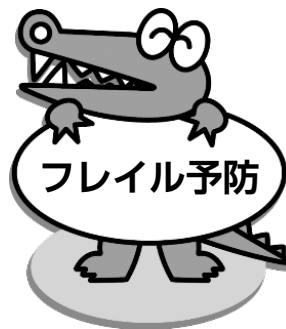
高齢者は特に、外出自粛で運動不足の生活が続くと心身の機能が低下し、フレイル(虚弱)状態になる恐れがあります。自宅で過ごしていても日中の活動量を減らさないことがフレイル予防につながります。

市HPでは、椅子に座りながら脚の筋肉を鍛える運動「とよなかパワーアップ体操」の動画やパンフレットなどを掲載しています。同体操のDVDも無料配布していますので、自宅に取り組んでみてください。

フレイル予防を意識した生活を心掛けましょう

運動

自宅の中でも、意識して体を動かすようにしましょう。天気の良い日は人混みを避けて外に出て歩きましょう。



食事

朝・昼・晩とバランスよく食べましょう。特にタンパク質が大切!

人との交流

気の合う人に電話をかけたリメール・手紙を送ったりして励まし合いましょう。

問 長寿安心課 ☎6858-2865

(広告)

(広告)