

令和8年度 健康づくり教室の参加者を募集します

「市民の生活習慣病の予防や健康増進を目的に健康づくり教室を実施しています。

一緒に楽しく健康寿命を延ばしましょう。(要申込)

※各コースいずれか1つを選んで申し込んでください。

※内容や日程が変更となる場合があります。

日時・場所 ①火曜日コース(総合保健センター) 毎月第2・第4火曜日

(祝日等で変更となる場合あり) 10:00~11:00

②水曜日コース(中央公民館) 毎月第1・第3水曜日

(祝日等で変更となる場合あり) 15:30~17:00

③木曜日コース(中央公民館) 毎月第1・第3木曜日

(祝日等で変更となる場合あり) 15:30~17:00

募集 ①25人、②・③35人(いずれも応募多数の場合抽選)

対象 市内在住の30歳以上の方 **料金** 無料

申込 令和8年2月20日までに健幸増進課窓口へ **問合せ先** 健幸増進課 ☎(267)1161



アニサキスによる食中毒が多発しています!ご注意ください!



アニサキスが寄生しているサバ、サンマ、イカ、カツオなどを生で食べると、胃の激しい痛み、嘔吐などの症状が出る場合があります。酢締め、塩漬け、醤油やわさびではアニサキスは死にません。

この食中毒の有効な予防方法は、①魚が新鮮なうちに内臓除去、②「目視確認」してアニサキスを除去、③加熱(70℃以上なら瞬時、60℃なら1分)、④冷凍(-20℃で24時間以上)です。

問合せ先 和泉保健所 ☎0725(41)1342

成人用肺炎球菌定期予防接種における使用ワクチンの変更について

厚生労働省の決定に伴い、令和8年4月1日より肺炎球菌感染症に対する定期接種に用いるワクチンが変更となります。これに伴い、令和8年4月1日以降に接種された場合、自己負担額が変更となります。

【変更点】

3,000円(令和8年3月31日まで)⇒6,000円(令和8年4月1日から)

※定期接種の対象となるのは、65歳の誕生日の前日から、66歳の誕生日の前日までです。令和8年4月1日以降は、自己負担額が6,000円となりますので、ご注意ください。

問合せ先 健幸増進課 ☎(275)6381

健康増進活動・健診のお知らせ

名称	日程	時間	備考	申込・問合せ先
ささえあいの集い	2/17 3/10	14:00~15:30	介護者の健康づくりと交流。 場所:総合保健センター	健幸増進課 ☎(267)1161
ふれあい元気クラブ	月2回程度	お問い合わせください	寝たきりを防ぐ介護予防体操などを、綾園・羽衣・千代田・加茂・取石で開催。	
がん検診・特定健診	2/17・19	お問い合わせください	2/17(がん検診/特定健診:総合保健センター) 2/19(大腸(女性のみ)・乳・子宮がん検診:総合保健センター) ※日程により検診の種類・会場が異なります。	健幸増進課 ☎(275)6381

和泉保健所より

☎0725(41)1342 JR和泉府中駅北東徒歩約7分

- HIV・クラミジア・梅毒について
検査と相談:第4水曜日の9:30~11:00
- 骨髄バンクドナー登録申込み窓口
電話・和泉保健所webで受付▶



- こころの健康相談(電話予約制)
こころの病気、依存症関連、ひきこもり等の相談。

休日診療

☎(265)5171
市立診療センター内

- 診療時間 日曜・祝日の
午前9時30分~午後0時30分、
午後1時30分~4時30分
- 受付時間 午前9時~午後4時
※午前診療の受付は正午まで
- 診療科目 内科・小児科

