

いつも元気に！

健康だより

地域包括ケア推進課 ☎(267) 1160、FAX(265) 3100

がん検診を受診しましょう！

各種がん【乳がん・子宮がん・肺がん（結核）・胃がん・大腸がん】の集団検診の申込みを受け付けています。早期発見・早期治療のためにも、この機会にぜひ受診してください。

※年齢や検診により受診日が限られる場合があります。

申込 市ホームページまたは地域包

括ケア推進課へ電話申込（聴覚障がいの方は、FAXで申込可能です）
※検診日の約1か月前までにお申込みください。申込み受け付け後、検診日の約1週間前に日程等をご案内します。



いつまでも若々しく 健幸づくり教室受講者募集中

運動が苦手な方でも生活習慣病予防や体力年齢の若返りが可能です。

高齢により筋肉量が減ってくると、転倒などでケガをするリスクが高ま

ります。若返りのためには、ウォーキングなどの有酸素運動だけでなく、

筋力トレーニングを行うことも重要です。健幸づくり教室では、有酸素

運動・筋力トレーニングなどを個別

メニューに取り入れることで体力年齢の若返りを図っています。

カモンたかいし・スポラたかいし

ではコナミスポーツクラブスタッフが指導にあたります。詳細は、次の表の

申込先へお問い合わせください。

問合先 健幸づくり課スマートウェ

ルネス推進室 ☎(267) 1161

健診・相談

名称	日程	時間	内容
4か月児健診	①8/9②9/13	受付12:45～13:15	①の対象はH29年4月生まれ。②の対象はH29年5月生まれ。
1歳7か月児健診	8/22	受付12:45～13:15	対象はH28年1月生まれ。歯ブラシをお持ちください。
2歳児歯科健診	9/6	受付13:00～13:30	対象はH27年9月生まれ。虫歯予防にフッ素塗布。歯ブラシをお持ちください。
3歳6か月児健診	8/18	受付12:45～13:15	対象はH26年2月生まれ。朝一番の尿を採って持ちこたください。
離乳食講習会	9/5	開催13:10～15:00	対象は4～6か月児の保護者。要電話予約。受付は13時から。
あれこれ相談	随時	—	妊娠～子育てに関する相談（電話相談可）
健幸づくり教室（説明会）	8/16	受付16:00～17:00	【月2回コース】場所：中央公民館、申込：スマートウェルネス推進室 ☎(267) 1161
	随時	—	【週1回コース】場所：申込：スポラたかいし ☎(267) 1223・カモンたかいし ☎(263) 2622
パパ・ママ学級	8/14	受付13:10～13:30	お友達にならしましょう！
	8/28		赤ちゃんのお風呂って!? 3回講座。
	9/11		子育てにそなえましょう! どの回からでも参加できます。
市民健康相談	随時	—	生活習慣病、食生活などに関する相談、禁煙サポート、その他健康に関する相談。
リハビリの集い	8/8・15・22、9/5	開催14:00～15:45	対象は介護保険の認定を受けていない40歳～64歳の方。要事前問い合わせ。
介護家族の集い	8/8・15・22、9/5	開催14:00～16:00	介護者の健康づくりと交流。
ふれあい元気クラブ	月2回	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、市役所・綾園・羽衣・千代田・加茂・取石で開催。

和泉保健所より

☎0725(41) 1342 JR和泉府中駅北東徒歩約7分

●肝炎ウイルス検査（電話予約制）

8月9日（水）

受付：午後1時30分～2時30分

●HIV・クラミジア・梅毒検査と相談（電話相談可）

8月9日（水）・23日（水）

受付：午前9時30分～11時

●風しん抗体検査（電話予約制）

8月10日（木）・24日（木）

受付：午前9時30分～10時30分

●こころの健康相談（電話予約制）

こころの病気、アルコール依存症、ひきこもり等についての相談

プライバシーは厳守します。電話による相談も受け付けています。

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