

いつも元気に！

健康だより

地域包括ケア推進課 ☎(267)1160

食生活改善推進協議会

食生活改善クッキング

日時 1月31日(水) 午前10時～午後1時

場所 総合保健センター

対象 市内在住の方

募集 25人(先着順)

献立 ケーキみたいたな卵焼き(和風)、高野豆腐のけんちん汁風、しらす干

しときゅうりと大根の二杯酢

参加費 700円(保険料含む)

持ち物 エプロン、三角巾、手拭タオル、ふきん2枚

申込・問合先

1月15日～26日に地域包括ケア推進課へ電話申込

各種がんの個別検診は3月末まで！

乳がん・子宮頸がん・大腸がんの市内指定医療機関で受診する個別検診を3月末まで実施しています。詳しくは、市ホームページをご覧ください

どうか、地域包括ケア推進課へお問い合わせください。

問合先 地域包括ケア推進課

集団健診の日程を追加します！

追加日時 2月1日・15日
いずれも木曜日の午前9時15分～11時30分

場所 総合保健センター

対象 国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入している40歳以上の方

費用 無料

※自己負担500円で肝炎ウイルス検診も受診可

申込 当日直接会場へ

問合先 健幸づくり課 ☎(275)6381

- ※特定健診を受けると、
①健幸ポイントGET!!
②JAいずみので特別金利の定期貯金が申し込みます！

健診・相談

名称	日程	時間	内容
4か月児健診	①1/10②2/14	受付12:45～13:15	①の対象はH29年9月生まれ。②の対象はH29年10月生まれ。
1歳7か月児健診	1/23	受付12:45～13:15	対象はH28年6月生まれ。歯ブラシをお持ちください。
2歳児歯科健診	2/7	受付13:00～13:30	対象はH28年2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	1/19	受付12:45～13:15	対象はH26年7月生まれ。朝一番の尿を採ってお持ちください。
離乳食講習会	2/6	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)	1/24	受付10:00～10:30	【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	2/5	受付13:10～13:30	お友達にならしましょう!
	2/26		赤ちゃんのお風呂呂って!? 3回講座。どの回からでも参加可能。
	3/12		子育てにそなえましょう!
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	1/9・16・23、2/6	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	1/9・16・23、2/6	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)

1月10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)

1月10日(水)・24日(水)

受付:午前9時30分～11時

●風しん抗体検査(電話予約制)

1月11日(木)・25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。

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