

### 検診自己負担金はすべて無料です

#### ▶胃がん検診(二次申込)

実施期間 10月~12月初旬(予定)  
 申込期間 8月14日(金)まで  
 場所 母子健康センター  
 対象 40歳以上  
 内容 検診車によるX線間接撮影検診(バリウムでの造影検査)  
 ※バリウムにアレルギーのある人、妊娠中の方は申し込みできません。過去に胃等消化器の手術を受けたことのある人は、主治医と相談のうえ申し込みください。  
 定員 先着100人  
 ※9月中旬に検診日時を通知します。

#### ▶大腸がん検診(二次申込)

申込期間 8月3日(月)~9月10日(木)(土・日・祝日除く)  
 対象 40歳以上  
 内容 検査容器に2日分の便を取り持ち参  
 検体受付 9月28日(月)~10月16日(金)(土・日・祝日除く)午前8時30分~正午、午後1時~3時に健康推進課へ。  
 ※検体容器は申し込まれた人に9月24日(木)郵送予定。

#### ▶肝炎ウイルス検診

実施期間 10月31日(土)まで  
 申込期間 10月30日(金)まで(郵送の場合は10月23日(金)必着)  
 場所 市内実施医療機関(表2)および京田辺市・宇治田原町・井手町の指定医療機関※市外の医療機関で受診される場合は、指定の有無を医療機関でご確認ください。  
 内容 問診、血液検査(B型、C型肝炎ウイルス検査)  
 対象 40歳以上で過去に肝炎ウイルス検診を受けたことのない人  
 ※申込み受付後、受診票を送付します。

#### ▶肺がん・結核検診

肺がん検診は40歳以上、結核検診は65歳以上が対象。検査方法は検診車による胸部レントゲン検査です。事前申込不要ですので、次の表1の中からお近くの会場を選び、公共交通機関でお越しください。

#### 1肺がん・結核検診日程表

実施日	受付時間	実施場所
8月28日(金)	9:30~11:20	四区公会堂
	13:30~15:10	男山南集会所
	15:40~16:20	コミュニティセンター月愛
8月31日(月)	9:30~11:20	文化センター市民ロビー
	13:30~14:50	わかたけ保育園東側(男山団地D地区集会所)
	15:20~16:20	南山小学校校門前
9月1日(火)	9:30~11:20	西山集会所
	13:30~14:30	やわた作業所前
	15:00~16:20	美濃山コミュニティセンター前
9月2日(水)	9:30~11:20	男山第二中学校校門前
	13:30~14:10	あかねヶ丘集会所
	14:50~15:20	志水公民館
9月3日(木)	15:50~16:30	山柴公民館
	9:30~10:00	市民体育館駐車場
	10:50~11:20	長町南集会所
9月4日(金)	13:30~14:30	八寿園
	15:00~16:20	大森医院駐車場
	9:30~10:20	二区公会堂
9月7日(月)	10:50~11:20	有都福祉交流センター多目的広場
	13:30~14:30	柿ヶ谷集会所
	15:00~16:20	文化センター市民ロビー
9月10日(木)	9:30~11:20	男山団地C20棟北側道路
	13:30~14:00	五区集会所
	14:20~14:50	八幡人権・交流センター
9月10日(木)	15:20~16:20	美濃山幸水集会所
	9:30~10:20	南ヶ丘老人の家
	10:50~11:20	西戸津バス停留所
9月10日(木)	13:30~14:00	都老人の家
	14:30~16:20	文化センター市民ロビー

#### ▶前立腺がん検診

実施期間 10月31日(土)まで  
 場所 実施医療機関(表2)  
 対象 55歳以上の男性(前立腺がん治療中およびPSA値経過観察中の人は除く)  
 内容 血中PSA値測定  
 申込み 住所、氏名、生年月日が確認できるもの、および健康保険証を持参し、直接、実施医療機関で受診。

#### ▶子宮がん検診

実施期間 平成28年2月29日(月)まで※申込多数のため、市内の医療機関で受診を希望される人は9月1日(火)以降の受診開始案内になります。  
 申込期間 平成28年1月31日(日)まで  
 場所 京都府下の指定医療機関  
 対象 20歳以上の女性  
 内容 問診、内診、子宮頸部細胞診※ハガキ申込の場合は受診予定の医療機関名と住所を記入してください。

子宮がん検診は、平成20年度から2年に1回になりました。平成26年度に市の検診を受けた人(クーポン券受診者含む)は受診できません。

#### 【検診申込方法】

健康推進課窓口で申し込みいただくか、ハガキに希望検診名、住所、氏名、生年月日、満年齢、電話番号を記入し、郵送してください(当日消印有効)。  
 ※各検診年齢は、特に表記のない限り平成28年3月31日基準。

#### 2肝炎ウイルス検診・前立腺がん検診 実施医療機関

医療機関名	住所	電話番号	予約(※)
あさか内科医院	男山泉	468-3712	要
入江医院	男山長沢	983-1718	不要
大森医院	橋本栗ヶ谷	971-0033	不要
小川医院	男山泉	963-5790	要
長村内科医院	内里内	981-1023	要
男山病院	男山泉	983-0001	要
京都八幡病院	川口別所	971-2001	不要
工藤内科クリニック	橋本東原	982-0151	要
小糸医院	男山金振	983-5110	要
下野医院	八幡平谷	981-0030	不要
立本内科・小児科医院	橋本小金川	981-8818	不要
となみクリニック	八幡樋ノ口	633-5565	要
中村診療所	八幡山柴	981-0510	要
みぎはし医院	男山竹園	981-0282	要
道澤内科医院	男山美桜	983-2315	要
みのやま病院	欽明台北	983-1201	要
みよし内科・消化器科	八幡柿ヶ谷	981-6860	要
八幡中央病院	八幡五反田	983-0119	不要
山下医院	橋本向山	982-2310	不要
渡部医院	男山八望	982-2525	要

※各医療機関の予約受付時間は診察時間内。男山病院の予約受付時間は平日午前9時~午後5時。となみクリニックの予約は木曜日以外の平日。

## お知らせ

#### ▶小児医療講座2015

「子どもの救急」  
 -その時どうする、どう防ぐ-

日時 9月5日(土)午後2時~4時  
 場所 京都府宇治総合庁舎 大会議室(宇治市宇治若森7-6)  
 講師 土屋 邦彦さん(山城北保健所医務主幹)、藤岡 和彦さん(宇治市消防署員)  
 問合せ 京都府山城北保健所企画調整室(☎0774-21-2199)  
 ※保育(6カ月~就学前児)を希望する人は、8月28日(金)までにお申し込みください。

#### ▶第1回 発達障害講演会2015

「発達障害に関連した不登校・ひきこもりをどのように理解し支援するか?」

日時 8月22日(土)午後2時~4時30分  
 場所 文化パルク城陽東館4階 大会議室(城陽市寺田今堀1)  
 講師 山下 達久さん(京都府立子ども発達支援センター所長)、武田 和士さん(同センター臨床心理士)  
 定員 160人(先着順)  
 参加費 無料  
 申込み・問合せ 8月14日(金)までに京都府立子ども発達支援センター(☎0774-64-6141)へ

### 休日応急診療所

☎983-3001

診療日 日曜日・祝日・年末年始  
 場所 八幡園内73-3(市役所北側)  
 診療科目 内科・小児科・歯科  
 受付時間 午前11時30分~午後5時30分  
 診療時間 正午~

### 小児救急医療

次の医療機関では、休日・夜間に小児専門医が当直し、小児救急患者を診察します。  
 ●男山病院(☎983-0001) 毎週金曜日(祝日は除く)  
 ●宇治徳洲会病院(☎0774-20-1111) 24時間365日  
 ●田辺中央病院(☎0774-63-1111) 24時間365日

### 小児救急医療電話相談

☎#8000 または ☎661-5596

小児科担当看護師や小児科医師が、休日・夜間の電話相談に応じます。  
 相談時間 午後7時~翌日午前8時  
 ※土曜日は午後3時~翌日午前8時

知って得する!! 今日から役立つ!!

## 健康豆知識

### ■ 熱中症に注意しよう! ■

熱中症の発生は7月~8月がピークです。熱中症を正しく理解し、予防しましょう。

#### 熱中症とは

気温が高い、湿度が高いなどの環境条件下で、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温の調整機能がうまく働かず、体内に熱がたまった状態をいいます。

筋肉痛や大量の発汗、さらには吐き気や倦怠感などの症状が現れ、重症になると意識障害を引き起こします。暑さや湿度といった環境条件と個人の体調の問題が組み合わさることにより、発生のリスクが高まります。

#### 熱中症の予防

- ①こまめに水分をとる  
 のどの渇きを感じなくても、徐々に体内では変化がおきていますので、こまめに水分・塩分の補給をおこなしましょう。
- ②暑さを避ける工夫をする  
 からだに熱が溜まるのを防ぐために、通気性がよく、吸湿・速乾に優れた素材の衣服をなるべく選び、外出時には、日傘や帽子を着用するなどして、直射日光を避けましょう。
- ③いつも以上に体調管理に注意する  
 外出時には、こまめに休憩をとる。また、室内でも熱中症になる危険がありますので、エアコンや扇風機を利用して室温を調整するなど、工夫

をしながら体調管理をおこないましょう。

#### 熱中症の応急処置

熱中症が疑われる人を見かけたら、慌てず、次のように対応しましょう。

- エアコンが効いている室内や風通しのよい日陰など、なるべく涼しい場所へ移動する。
  - 衣服をゆるめ、首の周りやわきの下、足の付け根などを冷やす。
  - 水分・塩分を補給する(意識障害のあるときは不可)。自力で水が飲めなかったり、意識がない場合は、すぐに救急車を呼びましょう。
- 熱中症をはじめ、夏は体調を崩しやすい季節です。普段の健康管理でも、栄養バランスのとれた食事や、十分な睡眠をとるように気をつけましょう。また、体に異変を感じたときは、我慢せず、医療機関を受診しましょう。

問合せ 健康推進課



# 保健医療

市役所への問い合わせは  
☎983-1111 (代)へ

## 保健

- ◆保健コーナーに関する問い合わせは、健康推進課へ（個別に問い合わせがあるものを除く）。
- ◎乳幼児健診や予防接種を受ける前に、あらかじめ質問票や予診票を記入してから会場までお越しください。
- ◎予防接種を受ける前に、冊子「予防接種と子どもの健康」をよくお読みください。
- ◎母子健康手帳を忘れずに持参ください。
- ◎健康推進課で実施する事業は暴風警報が発令（午前の事業は午前7時時点、午後の事業は午前11時時点）されている場合中止となります。

### ▶マタニティスクール

これからお父さん、お母さんになる人が対象。申し込みは電話で健康推進課へ（いずれも先着20組）。

**パート1「デンタルケア&絵本」**  
▶8月6日（木）午後1時30分～4時、母子健康センター2階

**パート2「体重管理のコツと簡単レシピ（試食）&先輩ママとの交流会」**  
▶8月20日（木）午後1時30分～4時、文化センター3階講習室6

**パート3「出産の準備と育児」**  
▶8月29日（土）午前9時30分～正午、母子健康センター2階  
※次回は10月です。

### ▶離乳食教室

日時 8月20日（木）午後1時30分～4時  
場所 文化センター3階講習室4、6  
定員 おおむね先着15組  
持ち物 エプロン、手拭き、筆記用具、おむつ、ミルク、母子健康手帳  
申込み 8月17日（月）までに電話で健康推進課へ（当日欠席のときは必ず連絡してください）

### ▶8月の各種健康相談

- ▼窓口リハビリ相談（要予約）  
18日（火）母子健康センター  
40歳以上が対象。作業療法士または理学療法士が運動や福祉用具などの相談に応じます。
- ▼窓口健康相談（要予約）  
18日（火）母子健康センター  
40歳以上が対象。保健師が健康に関する相談に応じます。
- ▼高齢者健康相談  
20日（木）南ヶ丘老人の家  
25日（火）都老人の家・有都福祉交流センター  
27日（木）八寿園  
65歳以上が対象。血圧測定と検尿の後、保健師が健康相談に応じます。

※時間は午前9時30分～11時。都老人の家・有都福祉交流センターは午後1時30分～2時30分。  
※窓口リハビリ相談・窓口健康相談は事前に健康推進課へ予約を。

## 8月の乳幼児健康診査・育児健康相談のご案内

事業名	会場	日程	受付時間	対象	9月の日程
4カ月児健康診査	母子健康センター	7日（金）	午後1時～2時	平成27年4月1日～4月20日生	25日（金）
		24日（月）		平成27年4月21日～5月10日生	
10カ月児育児健康相談 ※①	美濃山コミュニティセンター	3日（月）	午前9時30分～10時30分	平成26年9月生 ※上記以外の乳幼児も希望があれば、当日母子健康手帳を持って直接会場へお越しください。計測・相談に応じます（予約不要）。	7日（月）
	橋本公民館	4日（火）			1日（火）
	母子健康センター	5日（水）			10日（木）
	男山公民館	6日（木）			3日（木）
	八幡人権・交流センター	7日（金）			11日（金）
	有都福祉交流センター	18日（火）			2日（水）
1歳6カ月児健康診査	母子健康センター	21日（金）	午後1時～2時	平成26年1月19日～2月4日生	9日（水）
		25日（火）			28日（月）
3歳児健康診査	母子健康センター	25日（火）	午後1時～2時	平成24年2月生	15日（火）
		26日（水）			16日（水）

- ※各健診の対象者には通知しています。
- ※①男山公民館・子育て支援センターには駐車場がありません。
- 【持ち物】母子健康手帳、質問用紙
- 【健診内容】身体計測、内科診察（健診のみ）、育児相談、発達確認をします。
- ◎4カ月児健康診査は離乳食の話があります。
- ◎1歳6カ月児健康診査では手作りおやつを試食があります。（協力：市食生活改善推進員協議会）
- ◎1歳6カ月児健康診査、3歳児健康診査は栄養相談、歯科健診（ブラッシング指導）があります。歯ブラシをお持ちください。
- ◎3歳児健康診査は視力検査と尿検査があります。尿検査は、健診当日の朝の尿を容器にとってお持ちください。



### 定期予防接種のお知らせ

持ち物：母子健康手帳、予診票  
（必ず持参。持っていない人は健康推進課まで連絡ください）

【集団接種】

種別	日時・場所	対象年齢・接種方法	次回の日程
BCG	8月18日（火）午後1時20分～2時20分 ＜母子健康センター＞	生後1歳に至るまでに1回 （標準的な接種期間：生後5カ月～8カ月に達するまで）	9月14日（月）

【個別接種（通年）】

予防接種名	対象年齢・標準的な接種方法等	今月の通知対象者（通知時期）
ヒブ	生後2カ月～5歳に至るまで 初回接種月齢により接種回数異なります。	平成27年6月生 （生後1カ月の翌月初め）
小児用肺炎球菌		
三種混合不活化ポリオ（IPV）※①	1期（初回）	生後3カ月～7歳6カ月に至るまでに20日～56日の間隔で3回
	1期（追加）	7歳6カ月に至るまでに1期初回接種（3回）終了後、1年～1年6カ月の間に1回
四種混合（ジフテリア・破傷風・百日せき・不活化ポリオ）	1期（初回）	生後3カ月～7歳6カ月に至るまでに20日～56日（3～8週間）までの間隔で3回
	1期（追加）	7歳6カ月に至るまでに1期初回接種（3回）終了後、1年～1年6カ月の間に1回
二種混合（ジフテリア・破傷風）	2期	11歳以上13歳未満までに1回
麻しん風しん混合（MR）	1期	満1歳～2歳に至るまでに1回
	2期	幼稚園、保育所等の年長児に1回 【接種期間】平成28年3月31日まで
水痘ワクチン		満1歳以上3歳未満で2回接種
日本脳炎 ※②（特例対象者：平成7年4月2日～平成19年4月1日生）	1期（初回）	3歳～7歳6カ月に至るまでに6日～28日の間隔で2回
	1期（追加）	7歳6カ月に至るまでに1期初回（2回）接種終了約1年後に1回
	2期	9歳～13歳未満までに1回、1期（基礎免疫）終了約5年後に接種
子宮頸がん予防ワクチン		小学6年生～高校1年生で3回（標準的接種年齢：中学1年～高校1年生）

- ※①三種混合ワクチンの製造は終了しました。三種混合ワクチンの接種を希望される人は、健康推進課へ連絡ください。四種混合を接種する場合は、三種混合と不活化ポリオを接種する必要はありません。
- ※②特例対象者に当てはまる人で、1期・2期の接種が受けられなかった人は、20歳未満の間（7歳6カ月～9歳含む）に接種可能。
- ※市外での接種を希望する人は、事前に健康推進課へ連絡ください。
- 【注意事項】  
◆医療機関には保険証など住所が確認できるものを持参してください。接種間隔を守って受けましょう。  
◆各予防接種の該当年齢以外は任意の予防接種になります。感染症などにかかった場合は主治医に相談を。  
◆予診票をお持ちでない人は母子手帳など接種履歴のわかるものを持参し、健康推進課まで申し込みください。