

健康診査・がん検診を受けましょう! ※費用は無料

実施期間 10月31日(月)まで

(子宮がん検診、肺がん・結核検診は除く)

1 後期高齢者健康診査 要申込 (①②は除く)

対象 75歳以上(受診日基準)の人、または一定の障がい認定により後期高齢者医療被保険者証を持っている人

申込み ①②以外の方は申込み(下記)が必要です。

①昨年度後期高齢者検診を受けた人

②75歳に到達する人(昭和15年8月1日~昭和16年7月31日生)

2 肝炎ウイルス検診 要申込

対象 40歳以上(平成29年3月31日基準)で過去に受診したことがない人

内容 問診、血液検査(B型肝炎ウイルス抗原・C型肝炎ウイルス抗体検査)

3 前立腺がん検診 要申込 (市内受診は除く)

今年度から京田辺市・井手町・宇治田原町の指定医療機関でも受診できるようになりました!!

対象 55歳以上の男性(平成29年3月31日基準) ※前立腺がん治療中の人やPSA値経過観察中の人は除く。

内容 血中PSA値測定

申込み 市内で受診する場合
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、実施医療機関へ。

京田辺市・井手町・宇治田原町で受診する場合
事前に健康推進課への申込み(下記)が必要です。

4 子宮がん検診 要申込

実施期間 平成29年2月28日(火)まで

対象 20歳以上(平成29年3月31日基準)の女性 ※平成27年度に市の検診を受けた人(クーポン券受診者含む)は除く。

場所 京都府内の指定医療機関(市内は大塚産婦人科医院、おさむら産婦人科)

内容 問診、視診、内診、子宮頸部細胞診

申込方法 1~4共通

(1は①②以外の人。3は市外で受診する人のみ)

健康推進課で申し込みいただくか、ハガキに希望健(検)診名、住所、氏名、生年月日、満年齢、電話番号、受診する医療機関名(子宮がん検診・前立腺がん検診のみ)を記入し、郵送(申込期間内の消印有効)してください。 ※子宮がん検診は、医療機関名の記入がない場合、市内用の案内を送付します。

申込期限 後期高齢者健診・肝炎ウイルス検診・前立腺がん検診
10月31日(月)まで ※郵送の場合は10月21日(金)まで。

子宮がん検診
平成29年1月31日(火)まで

5 大腸がん検診

今年度から市内医療機関でも受診できるようになりました!!

対象 40歳以上(平成29年3月31日基準)の人

内容 問診、便潜血検査

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してください。

※事前予約は不要。市外医療機関では受診不可。

集団検診のご案内 11月に実施予定(健康推進課への事前申込み要)。詳細は広報やわた10月号でご案内します。

市内の実施医療機関 (1~3、5の健(検)診共通)

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	不要
下野医院	八幡平谷	981-0030	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(※1)	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。ただし、あさか内科医院は午前のみ、男山病院は平日午前9時~午後4時30分・土曜日午前9時~11時30分、となみクリニックは木曜日以外の平日。

※後期高齢者健診・前立腺がん検診・肝炎ウイルス検診は、京田辺市・井手町・宇治田原町の指定医療機関でも受診できます。市外で受診を希望される人は指定医療機関に含まれるか、事前に各医療機関にご確認ください。

※1 道澤内科医院は大腸がん検診のみ実施。予約不要。

6 肺がん・結核検診

対象 40歳以上で、職場等で検診を受ける機会がない人

※65歳以上の人のみ、結核検診も実施。

内容 検診車による胸部間接エックス線検査

申込み 不要。下表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。

肺がん・結核検診日程表

実施日	受付時間	実施場所
9月1日(木)	9:30~10:00	市民体育館北側駐車場
	10:50~11:20	長町南集会所
	13:30~14:30	五区集会所
	15:00~16:20	大森医院駐車場
9月2日(金)	9:30~11:20	男山第二中学校東側(男山団地B地区集会所)
	13:30~14:00	有都福祉交流センター
	14:30~15:30	欽明台あかねヶ丘集会所
9月12日(月)	9:30~11:20	文化センター市民ロビー
	13:30~14:30	やわた作業所前
9月13日(火)	15:00~16:20	南山小学校校門前
	9:30~10:30	イズミヤ八幡店南側駐車場
	11:00~11:30	志水公民館
	13:30~15:20	わかたけ保育園東側(男山団地D地区集会所)
9月16日(金)	15:50~16:20	八幡人権・交流センター
	9:30~11:20	男山団地C 20棟北側道路
	13:30~14:20	二区公会堂
9月20日(火)	15:00~16:20	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
	13:30~14:00	都老人の家
	14:30~16:20	文化センター市民ロビー

こころの体温計でメンタルチェックしませんか

こころの体温計(本人モード) ストレス度・落ち込み度が分かります。

ご本人の健康状態や人間関係、住環境などのストレス度や落ち込み度が、水槽の中で泳ぐ金魚などの絵になって表示されます。

- 社会的なストレス** (猫)
- 水槽のヒビ** (住環境のストレス)
- 赤金魚** (自分自身のストレス)
- 石** (その他のストレス)
- 黒金魚** (対人関係のストレス)
- 水の透明度** (落ち込み度)

本人モード 結果画面(例)

- 家族モード** あなたの大切な方の心の健康状態が分かります。
- 赤ちゃんママモード** 産後の不安な心の健康状態が分かります。
- ストレス対処タイプテスト** あなたのストレス解消法はどのタイプ?
- アルコールチェックモード** 飲酒が心にとどのような影響を与えているのが分かります。

市では、自殺防止対策の一環として、携帯電話やPCを使って簡単にメンタルヘルスチェックができるシステム「『こころの体温』Fish Bowl Index(フィッシュボールインデックス)」のサービスを導入しています。

このシステムは、こころの健康状態やストレスの状態を測るツールです。「本人モード」「家族モード」「赤ちゃんママモード」などのメニューがあり、健康状態や人間関係、住環境などの質問に答えると、水槽の中で泳ぐ赤・黒の金魚や猫などのキャラクターが、ストレス度や落ち込み度を表示し

ます。ストレスチェックの結果に基づき相談窓口の連絡先も表示されます。

◆利用方法
パソコンからは「こころの体温計」と検索し、ご利用ください。携帯電話などからは、QRコードからアクセスできます。利用料は無料(通信料は自己負担)で、個人情報の入力も一切不要です。

「少し疲れたな」と感じたら、このシステムで心の体温を測ってみませんか。



保健医療

市役所への問い合わせは
☎983-1111 (代)へ

◆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。

9月の各種健康相談

- ▼窓口リハビリ相談（要予約）
20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）
20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
15日（木）南ヶ丘老人の家
29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。
※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。

▶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（先着20組）

パート1「デンタルケア&絵本」
▶10月6日（木）午後1時30分～4時、母子健康センター2階

▶高齢者インフルエンザ

平成27年度と同様に、本年度も11月1日（火）の接種開始となります。詳しくは広報やわた10月号でお知らせします。

やわたスマートウェルネスシティ計画策定のためのアンケートを実施

回答は9月9日（金）まで

市では、歩くことを中心に、市民が住むだけで健やかで幸せ（健康）になれるまちづくり＝スマートウェルネスシティの推進に取り組んでいます。

この取り組みの一環として、20歳～74歳の市民の中から無作為抽出した5,000人を対象に、市民の生活習慣や健康まちづくりのニーズなどを調査するアンケート用紙を送付させていただいています。ご協力をよろしくお願いいたします。

問合せ 健康推進課

9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	10月の日程
4カ月児健康診査	母子健康センター	26日（月）	午後1時～2時	平成28年5月11日～5月31日生	7日（金） 24日（月）
10カ月児育児健康相談 ※①	男山公民館	1日（木）	午前9時30分～10時30分	平成27年10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）	6日（木）
	美濃山コミュニティセンター	5日（月）			3日（月）
	橋本公民館	6日（火）			4日（火）
	子育て支援センター（男山指月）	7日（水）			5日（水）
	母子健康センター	8日（木）			13日（木）
	八幡人権・交流センター	9日（金）		14日（金）	
	有都福祉交流センター			11日（火）	
1歳6カ月児健康診査	母子健康センター	9日（金）	午後1時～2時	平成27年1月28日～2月16日生 平成27年2月17日～3月3日生	19日（水）
		21日（水）			
3歳児健康診査	母子健康センター	27日（火）	午後1時～2時	平成25年3月生	25日（火）
		28日（水）			26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。

◎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。

けんこう大使 やわたん



定期予防接種のお知らせ

接種の時は母子健康手帳、予診票が必要です。
（持っていない人は健康推進課まで連絡ください）

B型肝炎予防接種が定期化されます

対象 平成28年4月1日以降生まれで生後1歳に至るまでの人（対象者には9月中旬から順次個別通知を行います）。※標準的な接種期間は生後2カ月～9カ月。

接種開始日 10月1日（土）
接種回数 3回（27日以上の間隔をおいて2回接種した後、初回の接種から139日以上間隔をおいて3回目接種）

【集団接種】

種別	日時・場所	対象年齢・接種方法	次回の日程
BCG	9月13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）	10月5日（水）

【個別接種（通年）】

対象者には個別通知を行っています。送付された予診票と母子健康手帳、健康保険証など、住所が確認できるものを必ず持参して、予診票裏面の指定医療機関にて対象年齢内に接種を受けてください。

予防接種名

ヒブ・小児用肺炎球菌、四種混合（ジフテリア・破傷風・百日咳・不活化ポリオ）、麻しん風しん混合（MR）、水痘ワクチン、二種混合（ジフテリア・破傷風）、日本脳炎（※①）、子宮頸がん予防ワクチン（※②）

※①特例対象者（平成8年4月2日～平成19年4月1日生）に当てはまる人で日本脳炎の接種が完了していない人は、20歳未満の間に接種可能。

※②現在、積極的勧奨（個別通知）を行っていません。接種にあたってはその有効性と副作用が起こるリスクを十分に理解した上で受けるようにしてください。

【注意事項】

◆接種の際は予診票が必ず必要です。通知が届かない人や転入された人、予診票を紛失された人は健康推進課まで申し込みください。（電話申込可）

◆市外での接種を希望する人は、2週間前までに健康推進課へご連絡ください。

▶40歳代からの楽しくロコトレ!! ～骨・筋肉を鍛えよう～

何もしないと骨や筋肉は40歳頃から衰え始め、50歳を過ぎた頃から急激に低下します。食事や運動習慣などを見直し、若い世代からできる予防策を楽しく学習しましょう。

【第1回】運動基礎編

日時 9月20日（火）午前9時30分～11時40分
場所 母子健康センター2階
講師 児玉 百代さん（作業療法士）

【第2回】食事編

日時 9月23日（金）午前9時30分～11時40分
場所 文化センター3階第3会議室

講師 市管理栄養士

【第3回】運動応用編

日時 10月4日（火）午前9時30分～11時40分
場所 母子健康センター2階
講師 安里 寛子さん（健康運動実践指導者）

【各回共通事項】

受付は午前9時開始（第2回のみ、午前9時15分開始）。

定員 20人（男女年齢不問、定員になり次第締切）※医師から運動を制限されている人はご遠慮ください。

持ち物 筆記用具、健康手帳（お持ちの人のみ）、飲み物など※第1回、3回はタオル、上靴、運動できる服装。

申込み・問合せ 9月13日（火）までに電話で健康推進課へ

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 午前～

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）午後6時～翌朝8時
- 宇治徳洲会病院（☎0774-20-1111）
診療時間は直接病院へお問い合わせください。
- 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