

新型コロナウイルス対策のため、催し等の開催を中止・延期等をする可能性があります。また、催し等に参加する場合は、検温等、事前の体調チェックやマスク着用等の配慮をお願いします。

## お知らせ

### 福祉 新型コロナこころのフリーダイヤル

新型コロナウイルス感染症に関する不安やストレスなどの悩みに対応するための相談窓口です。

期間 10/1～令和3年3/31  
(土日祝・年末年始を含む)

時間 9:30～17:00  
電話番号 0120-017556

大阪府こころの健康総合センター  
☎06-6691-2810

### 子育て 日曜日の母子健康手帳交付は予約制になります

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、当面の間、日曜日の母子健康手帳交付は予約制になります。

また、交付時に妊娠届出書とアンケートの記入をお願いしますが、これらをホームページからダウンロードし、事前に記入して持参することもできますのでご利用ください。

予約受付時間 平日9:00～17:30  
申込・☎健康増進課 ☎893-6405

## 健康コラム

### 「骨粗しょう症を予防しましょう」

骨粗しょう症は、骨が弱くなり骨折しやすくなる病気です。予防には次の点が効果的です。

#### [食生活を見直す]

骨をつくるカルシウムやビタミンDを多く含む食品をバランスよくとることが大切です。カルシウムは乳製品や大豆製品、小魚、緑黄色野菜、海藻などに多く含まれています。

#### [運動をする]

運動で骨に刺激を与えると、骨の代謝が促されます。気軽に行えるウォーキングは骨密度を高める効果が期待できます。

運動を続けるために、おおさか健活マイレージ「アスマイル」を使ってみませんか。健康活動を記録しポイントを貯め、貯まったポイントで電子マネーなどが当たるアプリです。日常生活で体を動かす習慣をつけ、骨粗しょう症を予防しましょう。

☎健康増進課 ☎893-6405

### 福祉 移送サービスについて

移送サービスは、新型コロナウイルスの感染状況や、大阪府の動向を見ながら運行と運休を繰り返しています。活動の状況は、社会福祉協議会ホームページまたはお問い合わせください。

☎社会福祉協議会 ☎817-0990

### 健康 10月から予防接種の接種間隔が変わります

これまでは、生ワクチン接種後は27日以上、不活化ワクチン接種後は6日以上あなければ次の予防接種ができませんでしたが、10/1(木)からは、生ワクチン同士の接種間隔を27日以上あける以外の制限がなくなります。

B型肝炎やMRワクチンなど同一ワクチンを複数回接種する場合、それぞれに定められた接種間隔に変更はありません。

☎健康増進課 ☎893-6405

### 健康 成人歯科健診

歯周病は口の健康を損なうだけでなく、糖尿病や心筋梗塞等、さまざまな疾患との関連が分かっており、かかりつけ歯科での定期健診が重要です。

期間 令和3年3月末まで

場所 市内実施歯科医院 費用 500円

対象 今年度中に40・50・60・70歳になる市民

持ち物 個別通知はがきまたは年齢・住所が確認できるもの(運転免許証等)、健康手帳(持っている人のみ)

☎健康増進課 ☎893-6405



### 健康 11月分センター健(検)診追加募集

11月分のセンター健(検)診で、定員の空きがある日の受付を行います。詳細はお問い合わせください。

場所 ゆうゆうセンター1階 休日診療所

定員 若干名(先着)

※対象・費用等は、「わが家の健康管理」参照。

申込・☎10/1(木)から健康増進課 ☎893-6405

### 健康 高齢者の予防接種

#### インフルエンザ

新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの同時流行を防ぐため、今年度に限り自己負担が無料となります。

期間 10/1(木)～令和3年1月末

※定期接種対象者は、優先的な接種対象者です。10月前半の接種をお勧めします。

対象 接種日に次のいずれかに該当する市民

①65歳以上

②60～64歳で身体障害者手帳に心臓、腎臓、呼吸器機能の障がいやヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障がい1級の記載がある人

費用 今年度に限り無料

持ち物 ①の人:年齢が確認できるもの(健康保険証等、生活保護世帯に属する人は生活保護受給者証)②の人:身体障害者手帳

#### 肺炎球菌

期間 令和3年3月末まで

対象 接種日に次のいずれかに該当する市民

①4/2～令和3年4/1に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる人

②60～64歳で身体障害者手帳に心臓、腎臓、呼吸器機能の障がいやヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障がい1級の記載がある人

※過去に肺炎球菌予防接種(ニューモバックス)を接種した人は対象外です。

費用 2,000円

#### 生活保護世帯の接種費用免除

対象者の内、生活保護世帯に属する人は接種費用が免除されます。接種時に生活保護受給者証を医療機関に提示してください。

持ち物 ①の人:案内はがきと住所・年齢が確認できるもの、②の人:身体障害者手帳

#### 接種について(両接種とも)

実施機関 右表のとおり

申込 実施医療機関に直接予約

入院等でやむを得ず右表の実施医療機関以外で接種する場合は、事前に健康増進課で依頼書の申請をしてください。申請がない場合は全額自己負担の任意接種になります。

☎健康増進課 ☎893-6405



病院・医院名	所在地	電話番号	インフル	肺炎球菌
交野病院	松塚39-1	891-0331	○	○
星田南病院	藤が尾3-5-1	891-3500	○	○
明石クリニック	星田8-1-9	892-7137	○	○
腎泌尿器科あしだクリニック	私部西1-33-20	895-5055	○	
尼子医院	私市8-14-3	891-2050	○	○
大成整形外科	私部西1-8-1	892-6280	○	○
大山医院	森北1-22-6	810-2553	○	○
おがわクリニック	私部西2-6-1	808-6553	○	○
きただ整形外科リウマチクリニック	私部3-9-17	810-5566	○	○
清田医院	星田西3-12-1	893-7351	○	○
小葉医院	星田5-10-5	891-2006	○	○
こさか内科クリニック	郡津4-39-13	888-8661	○	○
小林診療所	星田5-17-27	893-8484	○	○
さくらクリニック	幾野1-29-8	891-5513	○	○
すぎもと皮フ科	私部西2-6-1	810-8881	○	
多々内科クリニック	森南1-9-5	895-2250	○	○
田中診療所	私部7-48-3	893-8811	○	○
寺嶋・塚田こどもクリニック	天野が原5-14-2	893-3141	○	○
中村クリニック	私市5-1-5	892-0455	○	○
西本内科医院	藤が尾3-16-2	810-8522	○	○
野村医院	倉治3-50-1	891-6100	○	○
はと産婦人科	藤が尾4-3-16	891-4103	○	○
福森医院	松塚12-21	891-4880	○	○
藤の街クリニック	藤が尾4-3-15	892-9500	○	○
藤原産婦人科	梅が枝44-3	892-0341	○	○
藤原皮フ科	森北1-22-6	894-4112	○	
宝田クリニック	私部8-3-5	891-3337	○	○
前谷クリニック	星田5-23-1	895-2990	○	
松木整形外科	郡津3-11-1	891-8400	○	
松吉医院	天野が原2-29-3	892-7700	○	○
みやそう耳鼻咽喉科	私部西1-33-25	893-3876	○	○
山添医院	私部1-16-13	891-1025	○	○
山本整形外科	森北1-37-6	894-0102	○	