

■部分の略称 W…WEB申込 郵…郵送 ハ…ハガキ※ 往…往復ハガキ※ 電…電話 F…ファックス※ メ…メール※ 直…直接
※必要事項=住所、氏名、年齢、電話番号、日時、内容

風しんの追加的対策(抗体検査・予防接種)の 期限は3月末まで

ID 62465

昭和37年4/2～54年4/1生まれの男性は、市が発行するクーポン券を利用して風しん抗体検査と予防接種を3/31まで無料で受けられます。問子育て支援課 ☎624・9301

骨髄バンクのドナー登録にご協力を

ID 18310

骨髄移植等を必要としている患者の命を1人でも多く救えるよう、骨髄バンクのドナー登録にご協力をお願いします。市内では阪急茨木市駅献血ルーム(阪急口サヴィア1階東側)で2mlの採血をすることで登録できます。問(公財)日本骨髄バンク ☎03・5280・1789

4月から府受動喫煙防止条例が全面施行されます

ID 65510

飲食店は原則屋内禁煙となり、現在は経過措置となっている飲食店のうち、一部も新たに対象となります。詳細は府HPをご確認ください。問健康づくり課

巡回胃がん検診

ID 3741

時 2/12(水)9:00～11:30 所 三島コミュニティセンター 対 今年度中に40歳以上になる市民 定 40人 内 検診車による胃がん検診(バリウム検査) ¥500円 申 1/9～17に W、電 で健康づくり課



巡回健(検)診①特定健診、②若年健診、③後期高齢者医療健康診査

ID 3803

時 2/19(水)12:00～14:15 所 東保健福祉センター 対 ①40～74歳・②16～39歳・③75歳以上の市民 定 先着①39人・②21人・③10人 内 各種がん検診同時受診可 ¥若年健診、がん検診受診の場合有料 申 1/8～15に W、電 で①③特定健診予約専用ダイヤル ☎621・6271、②健康づくり課

巡回①子宮がん・②乳がん検診

保

ID 3695

時 2/27(木)9:00～16:00 所 JA茨木市南支店 対 昨年4/1時点で①20歳以上・②40歳以上の市民 定 ①52人、②44人 内 検診車による検診(2方向撮影) ¥①500円、②800円 申 1/10～2/3に W、電 で健康づくり課

食育ひろば



問 健康づくり課
☎ 625・6685

ID 52509



こどものおやつから 大人のさっぱりおつまみまで

こどものおやつには、エネルギーが補給できるおにぎりや、カルシウム・たんぱく質が多く含まれるヨーグルトや牛乳、ビタミン・食物繊維が豊富なバナナやいも類がおすすめ。ヘルシーでたんぱく質が多く含まれる、枝豆と豆腐のおやきは、こどものおやつや大人のつまみにもぴったりです。

枝豆と豆腐のおやき

材料(2人分)

枝豆(さや付き)……50g 木綿豆腐……………150g
しょうが……………10g 塩……………少々
片栗粉……………大さじ2 ごま油……………適量

作り方

- ①枝豆はゆでて(冷凍の場合は解凍して)、さやから出す。
- ②しょうがはみじん切りにする。
- ③豆腐は軽く水を切ってボウルに入れ、①・②・片栗粉・塩とよく混ぜ合わせる。
- ④食べやすい大きさに形を整える。
- ⑤フライパンにごま油を熱し、弱火から中火で片面3分ずつ焼く。





定期的に開催
している

健(検)診

予約等、詳細は
各実施機関まで

委託医療機関や費用は
健診ガイドをご参照下さい

記号の見方



申込・受診時に①市健診チケット、
②健康診査受診券、③健康保険
証またはマイナ保険証(がん検診
は①、★は①③のみ)が必要



予約専用電話 ☎ 621・6271
(申込初日のみ ☎ 625・6685 も可)



窓口受付・電話予約可(保健医
療センター窓口 ☎ 625・6685)
申込は同時に2人まで



「茨木けんしん予約システム」
で予約可 ID 46503

市内委託医療機関で実施の健(検)診 ID 3678

申込	健(検)診項目	
	市国保加入者の特定健康診査 後期高齢者医療健康診査	胃がん(胃内視鏡検査★)・肺がん・大腸がん・子宮がん・乳がん・前立腺がん検診、 肝炎検査、胃がんリスク検診、追加検査、心電図検査

保健医療センターで実施の健(検)診 ID 3678

申込	健(検)診項目	対象(市民)	実施日(2月)	申込期間
	後期高齢者医療健康診査	後期高齢者医療制度対象者	12(水)～14(金)・ 16(日)～18(火)	1/8～15
	特定健康診査	40～75歳未満(今年度中)		
	U-39・若年健診	16～39歳(今年度中)	14(金) 保・16(日)・17(月)	1/10から
	骨粗しょう症検診	18歳以上(今年度中)	10(月)	
	肺がん検診	40歳以上(今年度中)	①9(日) ②12(水)～14(金)・16(日)～18(火)	①1/10～17 ②③1/9～17
	胃がん検診(バリウム検査)		①9(日)、②6(木)・7(金) ③12(水)～14(金)・16(日)～18(火)	
	子宮がん検診(2年度内に1回)	20歳以上(4/1時点)	①9(日)	①1/10～17 ②1/10～30
	乳がん検診(2年度内に1回)	40歳以上(4/1時点)	②18(火) 保	
	レディース5がん検診		9(日)	1/10～17
	大腸がん検診	40歳以上(今年度中)	平日随時	平日随時 (窓口受付のみ)

◎各健(検)診の予約開始日の午前中は電話や窓口が大変混み合います。午後以降はつながりやすい状況になっています。

◎①70歳以上、②生活保護世帯、③市民税非課税世帯(③は事前に市民税の申告と保健医療センターでの申請要)の人は、骨粗しょう症検診、
各がん検診、心電図検査、肝炎検査、胃がんリスク検診が無料で受診できます。また、U-39・若年健診も②③に該当する人は無料です。

◎胃がん・肺がん検診の2/9は女性のみ、2/16は男性のみ

休日・夜間の応急診療

薬は原則1日分の処方

ID 3807

保健医療センター附属急病診療所 ☎ 625・7799

来所前に必ず電話連絡をお願いします。日曜日・祝日の10:00～17:00(12:00～13:00を除く)まで、発熱等の症状がある人に季節性インフルエンザ・新型コロナの検査を事前電話予約制で行っています。

	内科(中学生以下を除く)			歯科
	平日	土曜日	日曜日・祝日	日曜日・祝日
受付時間	21:00 }	17:00 }	10:00～11:30 13:00～16:30	10:00～11:30 13:00～16:30
	23:30	翌朝6:30	18:00～翌朝6:30	

※1/1～3は日曜日・祝日の受付時間と同じ

※夜間・休日等の割増加算料金が適用されます。

※上表の時間帯や診療科目以外の相談または、突然の病気やケガで救急車を呼ぶべきか悩んだ場合等は、救急安心センターおおさか(☎ #7119または☎ 06・6582・7119)または小児救急電話相談(☎ #8000または☎ 06・6765・3650)へお電話ください。

また、かかりつけ医療機関等の年末年始の休診状況は各医療機関のHP等でご確認ください。なお、ご不明な点がございましたら、上記の電話相談のほか、保健医療センター(1/1～5を除く)や府救急医療情報センター(☎ 06・6693・1199)へご相談ください。

高槻島本夜間休日応急診療所(高槻市八丁西町1-10) ☎ 683・9999

医師の判断で季節性インフルエンザ・新型コロナの検査を実施しています。診療開始時間は、受付開始の30分後からです。

	小児科(中学生以下)・内科・外科			歯科
	平日	土曜日	日曜日・祝日	日曜日・祝日
受付時間	20:30 }	14:30 }	9:30～11:30 13:30～16:30	9:30～11:30 13:30～16:30
	翌朝6:30	翌朝6:30	18:30～翌朝6:30	

※1/1～4は日曜日・祝日の受付時間と同じ

記号の見方: 時とき 所ところ 対対象 定定員 内内容 ¥費用・報酬等 申申込 問問合先 運連続で参加要

定員は他に記載がなければ多数抽選。申込に記載がない場合は事前申し込み不要。費用の記載がない場合は参加無料。