



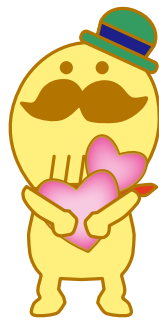
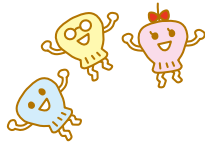
### 保健センター検診

詳しくは年間保存版「保健だより」をご覧ください

◆検診 (要申込。インターネットでも予約可)

日程	胃・肺・大腸がん・結核検診	乳がん子宮がん検診	骨粗しょう症検診
12/16(月)	午前	—	—
12/19(木)	—	午後(乳がんのみ)	—
1/8(水)	—	午後(乳がんのみ)	午後
1/10(金)	午前	—	—
1/23(木)	午前	—	—
1/24(金)	—	午後(保育あり)	—
2/9(日)	午前	午前・午後	午後
2/14(金)	—	午前(子宮がんのみ)	—
2/20(木)	午前	—	—
2/21(金)	—	午後(乳がんのみ)	午後

申込・問合せ先 健康推進課 ☎072-433-7000



**健康相談**

血圧・体格(体重・体脂肪率・体年齢)の測定、尿検査など(申込不要)。

禁煙相談や生活習慣病予防についての栄養に関する相談は、保健師や管理栄養士が相談に応じます(要申込)。

**日時** 1月10日(金)午前9時30分～11時

**場所** 保健・福祉合同庁舎

**申込・問合せ先** 健康推進課 ☎072-433-7000

また、貝塚市から岬町在住の妊婦さんの分娩料金は、その他の住民のかたより安く設定されていますので、ぜひご利用ください。

詳しくはホームページをご覧ください。

**問合せ先** 地方独立行政法人りんくう総合医療センター ☎072-469-3111

**安心・安全な産婦人科・周産期医療を目指して**

泉州広域母子医療センターは、市立貝塚病院の「婦人科医療センター」と、りんくう総合医療センターの「周産期センター」から成り立っています。



### お口の中の「被災」

近年、大きな地震や台風などで自宅や職場・学校が被害を受け、自宅の損壊、停電・断水などにより日常生活に大きな支障をきたし、避難所生活を余儀なくされるケースが多発しています。

そのような生活が続くと、体調に問題の出るかたが多くなりますが、その原因の一つとして、精神的なストレスや睡眠不足などにより身体の抵抗力・免疫力が低下し、細菌やウイルスに感染しやすくなることがあげられます。

避難所生活では、各自で体調管理や身体のケアを行うことが重要に

なってくるのですが、とりわけ歯みがきによるお口のケアは非常に大きいといえます。

しかし、避難所生活での歯みがきは、断水やプライバシー確保の困難さ、疲労などで、日頃の十分なやり方、回数が出来なくなります。

十分な歯みがきを行うことによりインフルエンザの罹患率(りかんりつ)が低下することは、以前の紙面でも何度か紹介させていただきました。

災害はいつ起きるかわかりません。非常用持出袋の中には、懐中電灯や非常食・飲料水とともに、歯ブラシと洗口剤を準備しておくことも必要です。

貝塚市歯科医師会

### 冬の下痢

先月のこの欄は「インフルエンザ」がテーマでしたが、冬期に流行する感染症には、ノロウイルスが原因の感染性胃腸炎もあります。年間を通じて胃腸炎を起こしますが、12月から2月に多く発生しています。

ノロウイルスは1968年に米国のノーウォーク(Norwalk)で集団発生した食中毒患者さんの便から発見されたウイルスです。経口感染し、嘔吐(おうと)や下痢(げり)を引き起こします。気付かないうちにウイルスを含む便や嘔吐物が手に付着し、口から飲み込んだり、ほこりやチリとして吸い込むこともあります。潜伏

期間は1日から2日で、吐き気、嘔吐、下痢、腹痛を引き起こします。数日間で軽快することが多いのですが、高齢者や乳幼児では重症化することがあります。

感染の拡散予防の為、排泄物は塩素系の液剤を使用して掃除します。抗ウイルス薬はありませんので、脱水予防などの対処療法が主な治療となります。予防の為のワクチンもありません。やはり「手洗い」が大切です。インフルエンザなどの他の感染症対策としても「手洗い」は重要です。必ず行いましょう。

貝塚市医師会 ☎072-423-4130



### 消防



消防出初式



新年を迎え、心新たに市民の安全を願う、消防出初式を行います。

今回はコスモシアター外壁改修工事のため、消防ヘリコプターによる長官メッセージ投下と一斉放水

は中止し、入場行進のみ実施します。

一斉放水中止に伴い、開始時間は10時とさせていただきます。

式典の後、市役所裏側駐車場に消防車両を展示します。見学・撮影にお越しください。

**日時** 1月12日(日)午前10時～(小雨決行)

**場所** コスモシアター前庭

**問合せ先** 消防本部 ☎072-422-0119

### マイナンバーカード

「出前申請受付」(カードを郵送)も始めました

現在、地域やサークルなど20人以上のグループを対象に行っている「マイナンバーカード出前申請サポート」に加え、その場で受付も完了できる「出前申請受付」を始めました(国が定める本人確認書類提示の場

の団体・グループの期間 12月4日(水)～20日(金)・1月15日(水)～2月28日(金)午前10時～正午・午後2時～4時

※月・土・日曜除く

**場所** 申込者で用意

**内容** 申請書作成、顔写真撮影、申請受付

**問合せ先** 市民課 ☎072-433-7375

浜手・山手地区公民館・まちなかの駅で出張申請サポート

ますのでご利用ください。

なお、その場でマイナンバーカードをお渡しすることはできません。申込み後2カ月程で届くかぎを持参し、本人が市役所本庁にお越しください。

**内容** 顔写真撮影・申請書作成サポート

**持物** 通知カード(あるかた)・本人確認書類

**問合せ先** 市民課 ☎072-433-7375



場所	日程	時間
山手地区公民館ロビー	12/12, 1/9, 2/13 第2木曜	午後1時～4時
浜手地区公民館ロビー	12/17, 1/21, 2/18 第3火曜	
まちなかの駅かいつか	12/26, 1/23, 2/27 第4木曜	

2㎡区画  
4㎡区画

### 公園墓地では永代使用者を募集中

申込・問合せ先 市民課 ☎072-433-7280  
見学 公園墓地管理事務所 ☎072-447-2296



関西空港を臨み、安らぎを感じる静かな環境で先祖の御霊にお参りできます。

▶場所 三ヶ山247

▶対象 ①市民：申込時に1年以上継続して市に住民登録をしている世帯主  
②市外住民：申込時に市外に住民登録をしている世帯主

対象	大きさ(間口×奥行)	永代使用料	墓地管理料(年間)
①市民のかた	2㎡(1.25m×1.6m)	582,500円	4,000円
	4㎡(1.6m×2.5m)	1,165,000円	8,000円
②市外のかた	2㎡(1.25m×1.6m)	757,250円	4,000円
	4㎡(1.6m×2.5m)	1,514,500円	8,000円