

健康

検診・健診(要申込)



6月以降の検診の予約は、保健だより発行日(4月4日)から受付を開始します。検診はいずれも要予約で、定員になり次第締切ります。住民税非課税世帯・生活保護受給中の方は無料(事前申請が必要)。

◆乳がん・子宮がん検診
日時 4月24日(木)の午後5時21日(水)の午前
◆胃・肺・大腸がん・結核検診
日時 5月21日(水)午前
◎いずれも
場所 保健・福祉合同庁舎
申込 電話または二次元コード
申込・申請・問合せ先
健康推進課 ☎072・43・7091

3月1日～8日は女性の健康週間(骨粗しょう症検診)

厚生労働省では女性の健康づくりを国民運動として展開し、市でも女性が自ら健康づくりを実践できるよう支援しています。

女性は更年期を経て、骨密度が急激に低下します。痛みなどの自覚症状はないため、骨折を防ぐためにも食事・運動などを意識し、定期的に骨粗しょう症検診を受けましょう。

乳がん・子宮頸がん検診と同時実施(いずれも要予約)しています。

受診者には、先着でつげさんポーチ(非売品)をプレゼントします。



日時 4月24日(木)午後1時30分～3時30分
場所 保健・福祉合同庁舎
対象 30歳以上の方
申込・問合せ先 健康推進課 ☎072・433・7091

4月から飲食店が「原則屋内禁煙」に変更

4月1日から大阪府受動喫煙防止条例が全面施行されることに伴い、喫煙をしながら飲食が可能な飲食店のうち、客席面積30㎡超の飲食店は「原則屋内禁煙」となります。

望まない受動喫煙防止にご協力をお願いします。

問合せ先 大阪府受動喫煙防止対策相談ダイヤル ☎06・6944・8224



飼い犬登録と狂犬病予防注射接種

生後91日以上の犬を飼っている方は、飼い犬登録と毎年1回の狂犬病予防注射

を受けさせることが法律で義務付けられています。2月末までに飼い犬登録を済ませた飼い主には、集合注射のご案内を送付します。

詳しくは、ホームページをご覧ください。

問合せ先 健康推進課 ☎072・433・7410



带状疱疹予防接種が定期接種に

4月から65歳以上の方などを対象に、带状疱疹予防接種が定期接種になります。

◆带状疱疹って何？
水ぼうそうと同じウイルスで起こる皮膚の病気で、初感染後、ウイルスが生涯にわたって神経に潜伏感染

し、加齢・疲労・免疫抑制状態などの免疫力低下によつて再活性化して起こります。

赤い斑点と水ぶくれが帯状に多数集まってくるとピリピリと刺すような痛みとなり、激しく痛むこともあります。

◆带状疱疹の予防
日々の健康的な生活を心がけることやワクチン接種が有効です。

◆発症したら
带状疱疹の治療薬は、発症初期であるほど効果が高いとされています。早期投与は重症化や合併症の予防効果が期待されます。

問合せ先 健康推進課 ☎072・433・7091

アシックス歩行姿勢測定&体力測定



独自の測定器で速度、バランス、姿勢などから「歩行年齢」を算出します。握力などの体力測定もあります。

普段どのような姿勢で歩いているか、自分自身の状態を知り、改善する貴重な機会です。ぜひご参加ください！(事前申込不要)

※測定のためパンツスタイルで。かかとの高い靴は不可。

※(株)アシックスは、貝塚市民の健康づくりに関する取組みを応援していただける企業として、健康かいづか応援企業登録制度に登録しています。

日時 3月26日(水)午前11時～午後2時
場所 市役所 1階エントランスホール
問合せ先 健康推進課 ☎072-433-7091



貝塚市医師会 ☎072-423-4130

骨粗しょう症のお話

高齢になれば骨が弱るのは当然であり、心配しても仕方の無い事だと思いませんか。厚生労働省の令和元年の国民生活基礎調査によりますと、要支援・要介護が必要になった原因に骨粗しょう症がなんと12.5%とトップであることが分かっています。

特に女性は閉経後に女性ホルモンが減少し、骨の量が急激に減少します。そのため背骨の骨が潰れたり(圧迫骨折)、足の付け根の骨折(大腿骨近位部骨折)を生じて、寝たきりになることもあります。身長が若い時に比べて2cm以上縮んだり、背中が曲がってきた、転倒で骨折したなどの現象が生じた場合は医療機関で相談しましょう。

骨粗しょう症の治療は適度な運動を行い、ビタミンDを作る日光に当たることや食事から積極的にカルシウムを摂取することが基本ですが、薬物治療が必要であると医師に判断された場合には最近では優れた薬が開発されています。新しい骨を作る薬や骨を壊す働きをする細胞(破骨細胞)の活動を抑える薬があり、骨折の頻度を大きく抑制できます。

骨粗しょう症が疑われたり、心配な方は、まずは骨密度(DXA法)による腰椎や大腿骨近位部の骨塩量を測定することをお勧めします。

子ども医療・ひとり親家庭医療から重度障害者医療への切替え手続

3月末で子ども医療またはひとり親家庭医療の医療証の有効期限が切れる方のうち、重度障害者医療の対象となる場合は、3月末までに申請してください。

申請が4月以降になった場合は、申請日から有効の医療証を交付します。

【重度障害者医療の対象】

- ①身体障害者手帳1・2級の方
- ②療育手帳Aの方
- ③精神障害者保健福祉手帳1級の方
- ④身体障害者手帳と療育手帳B1の両方を所持している方など

申請方法 3月31日(月)までに手帳、健康保険の資格が確認できるもの、マイナンバーが確認できるものを窓口へ持参

申請・問合せ先 障害福祉課 ☎072-433-7012

世界自閉症啓発デー・発達障がい啓発週間

毎年4月2日は「世界自閉症啓発デー」、毎年4月2日～8日は「発達障がい啓発週間」です。

大阪府では、自閉症や発達障害への理解を深めるためのセミナーや、府内の主要建物をシンボルカラーのブルーにライトアップするなどさまざまなイベントが開催されます。



詳しくはこちら

問合せ先 障害福祉課 ☎072-433-7012