

## お知らせ

### くらし 11月は「こころの再生」府民運動推進月間

この運動は、一人ひとりが身近にできる取り組みとしてあいさつ等の「7つのアクション」を呼びかける運動です。みなさんも意識して、実践してみませんか。「こころの再生」府民運動 <https://www.kokoro-saisei.jp/>  
 府教育庁教育総務企画課 ☎06-6944-8042

### 環境 「Osakaほかさんマップ SNSキャンペーン」を実施中

府では、使い捨てプラスチックごみを削減するため、マイ容器やマイボトルが利用できる店舗やスポット（現在約600件）を検索できる「Osakaほかさんマップ」を公開しています。このたび、マイ容器等の利用行動を一層促すため、応募者の中から抽選で70人にステンレスボトルなどすてきなプレゼントが当たる「OsakaほかさんマップSNSキャンペーン」を実施します。詳しくはホームページをご覧ください。  
<https://www.osaka-hokasan.jp/sns/>  
 府資源循環課 ☎06-6210-9566



### 健康 12月分センター健(検)診 追加募集

自覚症状がある場合は、医療機関の受診をおすすめします。各検診部位のがんで治療中や経過観察中の人は検診の対象外となります。

日時 12/15(木)・23(金)

場所 ゆうゆうセンター

内容 特定健診(国保加入者のみ)、ぴちぴち健診、各がん検診(胃・肺・大腸・前立腺・子宮頸)、肝炎ウイルス検診、結核検診

※胃がん検診受診者のみ追加で胃リスク検診が受診可能です。

定員 先着順。各項目が定員になり次第受付終了

申込 11/4(金)9:00から健康増進課窓口か電話

※詳細はホームページをご覧ください

健康増進課 ☎893-6405

### 健康 アルコール関連問題啓発週間

11/10(木)～16(水)は「アルコール関連問題啓発週間」です。お酒をやめたいのにやめられない、それは依存症かもしれません。

本人・家族だけで抱え込まず、まずはご相談ください。次の相談窓口を開設しています。府内の依存症相談窓口は、ホームページをご覧ください。



#### 大阪府こころの健康総合センター

電話番号 ☎06-6691-2818

相談時間 平日9:00～17:45

第2・第4土曜9:00～17:30

#### おおさか依存症土日ホットライン

電話番号 ☎0570-061-999

相談時間 土・日曜日13:00～17:00

#### 四條畷保健所

電話番号 ☎878-2477

相談時間 平日9:00～17:45

府地域保健課 ☎06-6944-7524

### 健康 STOP! 薬物乱用

10～11月は麻薬・覚醒剤・大麻乱用防止運動月間です。近年、若者を中心に大麻の乱用が拡大しています。大麻は心身にさまざまな悪影響をおよぼします。「1回くらい大丈夫」、「ダイエットに良い」、「気持ち良くなる」等、安易に誘われてもキッパリ断りましょう。

健康増進課 ☎893-6405

### 健康 8020達成者を表彰します

80歳で20本以上歯がある人を募集します。対象者は応募した歯科医院で令和5年1月に表彰をします。

対象 市内在住の満80歳以上で20本以上ご自分の歯がある人(令和4年4/1時点)

申込 11/30(水)までに交野市内の歯科医院で事前審査(審査料は無料)

(一社)交野市歯科医師会 ☎895-2558

### 健康 特定健診

日時 令和5年1/18(水)午前

※受付時間は後日案内します。

場所 倉治公民館

対象 市国民健康保険加入の40歳以上

費用 無料(心電図検査希望者のみ500円)

定員 50人

申込・健康増進課 ☎892-0121

新型コロナウイルス対策のため、催し等の開催を中止・延期する可能性があります。また、催し等に参加する場合も、事前検温、マスク着用、身体的距離確保等の配慮をお願いします。

### 健康 府無料健康アプリ「アスマイル」新規登録キャンペーン

1,000人に500円分のQuoカードPayが抽選で当たる「新規登録キャンペーン」を実施します。期間中に健康アプリ「アスマイル」の本登録申請を行い、12/9(金)までに本登録が完了になった人が抽選の対象になります。

健康アプリ「アスマイル」は、朝食を食べる、歩く、歯を磨く、健診を受ける等の毎日の健康活動でポイントがたまり、たまったポイントで電子マネー等が当たる抽選に参加できます。また、40歳以上の交野市国民健康保険加入者の人は、特定健診を初めて受診すると6,000円、2回目以降の人は4,000円分の電子マネー等と交換できるポイントがもらえます。この機会に「11月1日から30日アスマイル」をダウンロード・登録して、おトクに健康づくりを始めてみませんか？

期間 11/1(火)～30(水)

医療保険課 ☎892-0121

### 保健所 保健所だより

▷骨髄ドナー登録(無料・予約制)

日時 第1月曜日9:30

▷結核・指定難病・小児慢性特定疾病等の相談(随時・予約制)

▷HIV・梅毒即日検査(無料・結果は即日、要確認検査の場合は1週間後。希望者には梅毒即日検査も実施)

日時 第1月曜日9:30～10:15

※新型コロナ対策のため変更の可能性あり。

▷こころの健康相談(予約制)

統合失調症、うつ病、依存症(アルコール、薬物、ギャンブル等)などの精神的な病気、ひきこもり等

▷医療機関等に関する相談

日時 毎週月～金曜日(祝日を除く)

9:15～12:15、13:00～16:00

▷飲料水(井戸水)等の検査(有料)・検便(腸内細菌)(有料)・ぎょう虫卵検査(有料・予約制)

日時 11/8・29(火)9:30～11:30

▷肝炎、骨髄ドナー、指定難病等(母子・難病)

☎878-1042

▷HIV、結核等(感染症) ☎878-1090

▷こころの健康相談(精神) ☎878-2477

▷医療相談(総務) ☎878-1021

▷飲料水等の検査 茨木保健所検査課

☎072-620-6706

※犬、猫の相談は、「大阪府動物愛護管理センター四條畷支所」 ☎862-2170

### 健康 高齢者インフルエンザ定期予防接種の無償化

期間 令和5年1/31(火)まで

※医療機関により接種終了日が異なります。直接医療機関にお問い合わせください。

場所 市内実施医療機関(市ホームページ、またはお問い合わせください)

対象 接種日に次のいずれかに該当する市民

①満65歳以上

②満60～64歳で身体障がい者手帳に心臓、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

持ち物 ①介護保険証など年齢が確認できるもの

②身体障がい者手帳

費用 無料

接種回数 1回(医師の指示により2回接種が必要な場合、2回目は任意接種で全額自己負担となります)

接種方法 実施医療機関に直接予約

入院中等、やむを得ず市内実施医療機関以外で接種される人は、依頼書の事前申請が必要です。健康増進課までお問い合わせください。申請がない場合は任意接種(全額自己負担)となり、市からの接種費用の払い戻しはありません。インフルエンザワクチンと異なるワクチン(新型コロナワクチンを含む)の接種間隔について制限がなくなりました。接種間隔については主治医と相談の上、接種してください。

健康増進課 ☎893-6405

### 健康コラム

#### インフルエンザにご注意

インフルエンザは38度以上の発熱、頭痛や関節・筋肉痛など全身の症状が急に現れ、高齢の人や慢性疾患を持つ人は肺炎を伴うなど重症化することがあります。

季節性インフルエンザのワクチン接種を受けた高齢者は、死亡の危険が1/5に、入院の危険が約1/3から1/2にまで減少することが期待できます。満65歳以上の人、60～64歳で心臓・腎臓・呼吸器・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障がいや障害者手帳1級を持つ人は高齢者インフルエンザ定期予防接種の対象です。予防接種を希望される方は、早めに医療機関にお問い合わせください。

新型コロナウイルス感染症と同じく、インフルエンザも手洗いやアルコールによる手の消毒が感染予防として有効です。帰宅後や食事前は手洗いを行いましょう。