

- 申込方法など詳しくは、ご案内するHP(ホームページ)でご覧になるか、☎(問合せ先)へお問い合わせください。
- 中止・延期など変更の場合があります。最新情報は市HPや☎へお問い合わせください。ご来場の際は、感染対策を徹底のうえお越しください。

## 子育て・教育

### 早期発見・早期治療のために 3歳児健診で屈折検査をスタート

子どもの視覚は6～8歳ごろまでにほぼ完成します。幼児は見えにくさを自覚していないことが多いため、家族も気がつきにくく、そのまま放置していると眼鏡などでも矯正できない弱視になる可能性があります。現行の目の検査精度をより上げるために屈折検査を併用し、弱視の早期発見に役立てます。

**問** 保健センター  
(☎FAX区版1ページ)

### 交通遺児手当を支給

**対象** 交通事故で父母などを亡くした子ども(18歳になった最初の3月31日まで)の養育者  
**支給額** 子ども1人につき月8,000円  
**支給月** 4・10月  
**申請** 必要書類を持って**問**へ  
**必要書類**  
▷交通事故証明書かその写し  
▷父母などの死亡診断書かその写し  
▷申請者(遺児を養育している方)名義の銀行預金通帳  
▷本人確認書類

**問** 子ども家庭課  
(☎228-7331 FAX228-8341)

### 乳児一般健康診査を受けましょう



**対象** 前期 = 生後1～3カ月児  
後期 = 生後9～11カ月児  
**申込** 受診票を持参で、直接府内の協力医療機関へ  
**受診票**  
▷前期 = 母子健康手帳別冊に添付  
▷後期 = 4カ月児健康診査時に配付  
※府外の医療機関などで市発行の受診票を使用せずにこの健診を受け、必要な条件を満たした場合、費用の助成を行います。  
詳しくは市HP参照

**問** 保健センター  
(☎FAX区版1ページ)

### 令和4年4月1日以降に 妊娠届出・出産された方

出産・子育て応援事業の案内を送付しています。案内が届いたらアンケートと給付金の申請をしてください。対象と思われる方で、3月10日までに案内が届かない方はお問い合わせください。

**対象** 令和4年4月1日～令和5年1月29日に妊娠届出をした妊婦・出生した子どもを養育する産婦など  
**支給額** 妊娠届を提出した方に5万円、子どもを出産した方に子ども1人あたり5万円  
**振込** 申請からおおむね2ヵ月程度詳しくは市HP(QRコード)参照

**問** 出産・子育て応援事業担当  
(☎340-1692 FAX228-8341)

## 健康

### 15～39歳のがん患者を応援 AYA WEEK 2023

AYA世代とは、思春期と若年成人(15～39歳)の世代のことです。AYA世代のがん患者や、その家族を応援するメッセージ企画「AYA WEEK 2023フラッグ」に市も参加しています。AYA WEEK 2023は3月4～12日です。期間中は応援メッセージの動画配信やイベントも行います。詳しくはAYA WEEK 2023 HP(QRコード)参照

**問** 健康推進課  
(☎222-9936 FAX228-7943)

### 大切な命を守るために接種を 子宮頸がん予防ワクチン

新たに9価HPVワクチンが、4月1日から定期接種に追加されます。  
**対象** 定期接種や接種時期を逃した方(キャッチアップ接種)  
**申込** 実施医療機関へ  
詳しくは市HP(QRコード)参照

**問** 感染症対策課  
(☎222-9933 FAX222-9876)

### 健康さかい21 健康フェアをウェブで開催

**テーマ** 新しい時代の健康観!  
～Well-beingで幸せになろう!～

**講師** 立教大学名誉教授・萩原なつ子さん【写真】

**日程** 3月1～31日  
手話通訳・字幕あり

**方法** 市HP(QRコード)で視聴できます



※Well-being(ウェルビーイング)とは、心身が健康で、社会的にも満たされた状態のことです。

**問** 健康医療政策課  
(☎248-6004 FAX228-7943)

### かけがえのない命を大切に ゲートキーパー研修

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて必要な支援につなげ、見守る「ゲートキーパー」について学びませんか。研修動画を公開します。

**日程** 3月1～31日  
詳しくは市HP(QRコード)参照



**問** 精神保健課  
(☎228-7062 FAX228-7943)

### 鶏肉は生で食べないでください 食中毒にご注意



鶏の刺身やタタキなど、加熱不足の鶏肉料理によるカンピロバクター食中毒が多発しています。この菌は新鮮な鶏肉にも付着しており、少ない菌量でも発症します。「新鮮だから安全」とは限りません。鶏肉はよく加熱して食べましょう。

**問** 食品衛生課  
(☎222-9925 FAX222-1406)

### 健康メモ

#### 女性の健康寿命を 延ばすポイント

厚生労働省が平成12年より47都道府県の健康寿命データをまとめています(日常的に介護を必要としないで自立した生活ができる生存期間のこと)。大阪府は40位(74歳)、第1位の三重県(77歳)よりも3年短い結果です。

日本の女性の平均寿命は87歳。大阪府の女性の場合、介護など人の助けが必要となる期間が約13年あるということになります。生理がなくなれば婦人科はもう「おさらば」と思っていないませんか。最近65歳以上の女性に増加し、健康寿命をおびやかす病気があります。性器脱(旧子宮脱)です。

ある日ポッコリと膣から丸い物が触れます。座ったり寝たりすると引っ込み、立ったり歩いたりすると悪くなります。ポッコリの正体は子宮。膣や膀胱(ぼうこう)、直腸などが出ることもあります。初期症状は40歳ごろから。頻尿、排尿困難、便秘などです。

子宮が脱出してしまうと頻尿が軽減しますが、治ったわけではありません。治療は手術カリングを使用し子宮を膣の中におさめます。また、日常生活の管理も大切です。

予防は初期症状のときに見つけることで、健康寿命を延ばすポイントはホルモンを含む体のメンテナンスです。

婦人科なんか関係ないと思わず、時にはお越しください。

堺市医師会

### 要介護の高齢の方が元気になる 口腔ケア研修会をウェブで開催

歯科医師による講演と歯科衛生士の実習を行います。

**日程** 3月17～28日

**対象** 要介護の高齢の方に関わる家族や専門職の方  
堺市歯科医師会HP(QRコード)で視聴できます

**問** 同会  
(☎243-0111 FAX243-8500)

### 休日夜間の急病診療 受診前に必ずお電話を

診療科	施設名	受付時間
小児科 (中学生以下)	堺市子ども急病診療センター (西区家原寺町1丁1-2) ☎272-0909 FAX272-5959	▶月～金曜日 20:30～翌日4:30 ▶土曜日 17:30～翌日4:30 ▶日曜日・祝休日 9:30～11:30 12:45～16:30 17:30～翌日4:30
内科 (中学生以下は堺市子ども急病診療センターへ)	堺市泉北急病診療センター (南区竹城台1丁8-1) ☎292-0099 FAX292-0629	▶土曜日 17:30～20:30 ▶日曜日・祝休日 9:30～11:30 12:45～16:30 17:30～20:30
歯科	堺市口腔保健センター (堺区大仙中町18-3) ☎243-0099 FAX243-3088	▶土曜日 17:30～20:30 ▶日曜日・祝休日 9:30～11:30 12:45～16:30

▶けがややけどなどの診療はできません ▶健康保険証や医療証をお持ちください  
▶市内の救急病院は、市ホームページかくらしのガイドブック参照

### 病院に行くべきか迷った時は いずれも年中無休

救急車を呼ぶか迷ったら 救急安心センターおおさか #7119 携帯電話・プッシュ回線 ☎06-6582-7119	夜間の子どもの急病時は 小児救急電話相談 #8000 携帯電話・NTTプッシュ回線 ☎06-6765-3650 19:00～翌日8:00	たばこや医薬品の 急性中毒は 中毒110番 ☎072-727-2499
症状の緊急性を 確認できる 全国版救急 受診ガイド	どの病院に行くか迷ったら 府救急医療情報センター ☎06-6693-1199	診療中の病院を 探すには 府医療機関 情報システム

### 予約制の歯科診療 一般の歯科診療所では受診困難な方が対象

障害者歯科診療所	☎243-1904 FAX 243-3088 ▶火・木曜日 13:30～16:00
重度障害者歯科診療所	☎243-4488 FAX 243-8502 ▶月～金曜日 9:00～12:00、13:00～16:00
在宅等訪問歯科診療 在宅歯科ケアステーション 狭山美原歯科医師会事務局	☎243-1902 FAX 243-3088 ▶月～金曜日 10:00～12:00、13:00～16:00 ☎072-368-6650 FAX 072-368-6657 ▶月・水・金曜日 10:00～14:00