

健康・福祉

認知症高齢者等のOSSネットワーク事業模擬訓練を行います！

広報とよの11月号でご案内しました模擬訓練を開催します。認知症の方が行方不明になった事態を想定して、参加者の方々に地域に出てご本人を探していただく内容です。

今回は東地区の役場周辺および希望ヶ丘地区で行います。詳細は、申込時にご案内します。ぜひこの機会にご参加ください。

時 12月18日(月) 午後1時30分開始
対 町民の方

￥ 無料

持 水・タオル・筆記用具

申・問 包括支援センター(保健福祉センター内) ☎7338-20000



案内一般

健康・福祉

安全・生活

教育・子育て

情報あれこれ

ぱばママ教室のご案内

町に住む妊婦さんおよびパートナーの皆さん、楽しく交流しましょう。経産婦の方も、事前に予約いただくと保育がありますので、ゆっくり受講していただけます。

時 = 12月15日(金) 午前9時30分～正午

所 = 保健福祉センター

内 = 赤ちゃんの保育、赤ちゃんのお風呂、ヨーガ

対 = 妊娠中の方(ヨーガは妊娠15週以降)、そのパートナー

￥ = 無料

持 = 母子健康手帳、筆記用具、動きやすい服装、飲み物

申・問 = 健康増進課(保健福祉センター内) ☎738-3813



ぱばママ教室
申し込み用
QRコード

大阪府池田保健所12月の事業

▶骨髄バンクドナー登録(要申込み)

時 = 12月5、12日(火)
午前9時30分～10時30分(受付)

▶B・C型肝炎ウイルス検査(要申込み)

時 = 12月5、12日(火)
午前9時30分～10時30分(受付)

対 = 府内在住で20歳以上の未受診の方

￥ = 無料

▶風しん抗体検査(要申込み)

時 = 12月5、12日(火)
午前9時30分～10時30分(受付)

対 = 妊娠を希望する女性とその配偶者、妊婦の配偶者

￥ = 無料

※対象、必要書類等は必ず保健所にご確認ください。

▶HIV/エイズ・梅毒(血液)、クラミジア(尿)検査(匿名可)

時 = 12月5、12日(火)
午後1時30分～2時30分(受付)

￥ = HIV/エイズ検査は無料
(その他は同検査と同時に受ければ無料)

▶こころの健康相談(予約制)

日程など詳細はお問い合わせください。

▶水質検査・検便

時 = 12月5、12、19日(火)
午前9時30分～11時30分

※あらかじめ検査容器等を受領に来所願います。

￥ = 有料

問 = 大阪府池田保健所 ☎751-2990

毎月25日はウォーキングデー

健康増進・生活習慣病の予防のため、豊能町では毎月25日をウォーキングデーと定め、みなさんと一緒に歩くイベントを企画しています。健康習慣の第一歩としてみんなで一緒に歩きましょう。

集合場所 = 保健福祉センター

集合時間 = 午前9時30分

第38回 12月25日(月)

落ち葉の絨毯を歩く

～新光風台から笹部へ西国三十三カ所巡り～

所要時間 = 1時間45分

歩行距離 = 5.0km

歩数 = 8,000歩

※午前9時の段階で気象に関する警報が発令していれば中止します。

問 = 健康増進課(保健福祉センター内)

☎738-3813



とよの健康づくり

地域まるごといきいきと! Vol.6

平成29年度 受診者(受診率)【10月末現在】

受診券発行数	集団健診	個別健診	合計
5,074人	786人 (15.5%)	457人 (9.0%)	1,243人 (24.5%)

特定健康診査

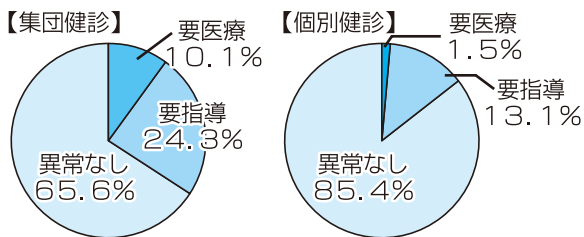
特定健康診査は毎年多くの方が、集団健診または個別健診で受診をされています。

特定健康診査ではメタボリックシンドローム〔内臓脂肪の蓄積(腹囲)に加えて、高血圧、高血糖、脂質異常など危険因子を合わせもった状態〕と判定されるか否かが注目されることが多いですが、メタボリックシンドロームと判定されるほどの腹囲ではなくても、高血圧、高血糖、脂質異常などの危険因子を持っている場合があります。このような状態を放置すると自覚症状がないままに体をむしばみ脳梗塞や心筋梗塞などの命にかかわる病気になることもあります。

この機会にご自分の健診結果を見直し、より健康な生活を目指してみませんか？

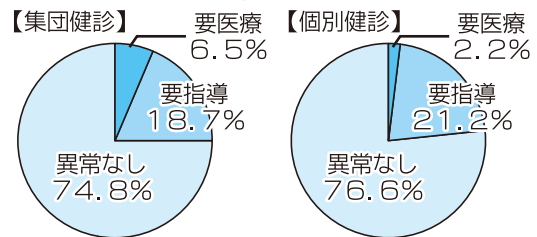
○高血圧

(収縮期血圧140mmHg以上または拡張期血圧90mmHg以上)



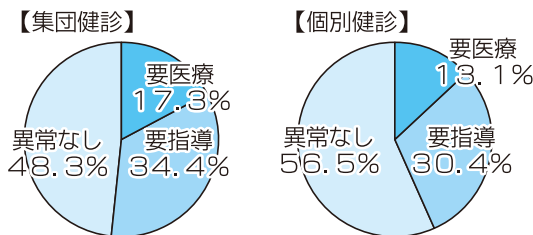
○高血糖

(空腹時血糖値110mg/dl以上または随時血糖値140mg/dl以上またはHbA1c5.9%以上)



○脂質異常

(中性脂肪150mg/dl以上またはHDLコレステロール40mg/dl未満またはLDLコレステロール140mg/dl以上)



今年度の結果を見ていかがでしたか？

要医療と判定されても医療機関に受診されない方もたくさんおられます。今後の健康につながるためにも早期に治療することが大切です。また、将来的には医療費の削減にもつながります。

保健福祉センターでは保健師、管理栄養士による健康相談をしています。ぜひ活用してください。

問＝健康増進課（保健福祉センター内） ☎738-3813

年末年始の急病は

池田市休日急病診療所・豊能広域こども急病センターへ

池田市休日急病診療所 (市立池田病院東館1階)

- 診療科目＝内科 小児科 歯科
- 診療日＝日曜・祝日および年末年始〔12月30日(土)～平成30年1月3日(水)〕
- 診療時間＝午前9時～正午
午後1時～4時
※受付は終了30分前まで
- 問合せ＝池田市休日急病診療所
池田市城南3-1-18
☎752-1551
市立池田病院駐車場(有料)をご利用ください。

豊能広域こども急病センター

- 診療科目＝小児科(中学生以下)
けが・骨折・やけど・異物の飲み込みは診察できません。
近隣の救急病院(総合病院)などを受診してください。

受付時間	平日(年末年始を除く)	午後6時30分～ 翌朝6時30分
	土曜日(祝日・年末年始を除く)	午後2時30分～ 翌朝6時30分
	日曜・祝・休日 年末年始(12月29日～1月3日)	午前8時30分～ 翌朝6時30分

- 問合せ＝豊能広域こども急病センター
箕面市萱野5-1-14 ☎729-1981