

保健・健康

アスベスト

救済制度に基づく手続きを
ID 1003849

▽中皮腫や、石綿による肺がんなどで現在療養中の人▽これらの疾病に起因して死亡した人の遺族——のうち労災保険法などで補償されない人で、まだ認定申請をしていない場合は手続きを。園疾病対策課 ☎ 4869・3019。

講座・教室

健康つくり推進員と一緒に「椅子に座って脳トレ体操」
ID 1019350

7月27日(木)午前10時～11時、園田東生涯学習プラザで。園65歳以上の入園15人。7月5日から電話かファクスで北部地域保健課 ☎ 4950・0637 ☎ 6428・5110。30代からの歯周病予防セミナー ID 1033767

① 7月27日(木)午前10時～11時

そのほか

歯の健康相談
ID 1024073

7月20日(木)午後1時30分～2時30分、立花北生涯学習プラザと歯科医師会館(東難波町4丁目)で、歯科医師による個別相談を。園市内在学(園)の幼稚園児・高校生(園)の幼稚園児・高校生 不要園保健体育課 ☎ 4950・5677。

① 7月27日(木)午前10時～11時



ピアサポーター養成研修

7月31日(月)午後1時30分～4時30分、小田南生涯学習プラザで。園市内在住で精神科に通院中の人や関連事業所園人 7月4日～12日に電話でサポートセンターから ☎ 6430・9225。

食中毒にご注意を

ID 1003407

◆ テイクアウトなどを利用する場合 ▼ 寄り道をせず真つすべ帰る ▼ 買った食品はすぐ食べる ▼ 1回で食べ切れる量を注文する。

◆ 食肉を調理する場合 食肉にはカンピロバクターや病原性大腸菌などの食中毒菌が付いていることがあります。▽ 生肉は中心温度を75℃以上で1分以上しっかり加熱する。▽ 生肉を触った後は必ず手を洗い、使ったまな板や包丁は洗剤でよく洗って、熱湯消毒する。

① 7月27日(木)午前10時～11時

常時在宅人工呼吸器使用者の非常用外部バッテリー購入費用の助成

ID 1034184 園疾病対策課
〒660-0052 七松町1丁目3-1-502
☎ 4869-3053

在宅で人工呼吸器を常時使用している人が、災害による長時間の停電発生時に在宅避難ができる環境や精神的に落ち着いた状態で避難行動を取れる環境を整備するため、人工呼吸器の外部バッテリー(専用バッテリー)の購入費用を助成します。

園 同助成の申請時と決定時に本市の住民基本台帳に登録されている在宅で人工呼吸器を常時使用して療養している——人。

◆ 助成額 同バッテリーの購入に掛かる費用の9割。生活保護世帯と市民税非課税世帯は全額。それぞれ上限あり。途中で使用機器を変更しても、5年間は申請できません。甲 来年2月29日までに所定の用紙などを郵送か直接保健所疾病対策課。購入前に申請が必要です。予算に達し次第終了。

熱中症にご注意を

ID 1003213 園保健企画課 ☎ 4869-3010

熱中症警戒アラート発表時には、外出をなるべく控えましょう。また、次のことに注意し、暑い時期を乗り切りましょう。

暑さを避ける

- ☑ 扇風機やエアコンで温度をこまめに調節する
- ☑ 遮光カーテン・すだれ・打ち水を利用する
- ☑ 外出時には日傘や帽子を着用する
- ☑ 天気の良い日は日陰を利用しこまめに休憩する
- ☑ 吸湿性・速乾性があり通気性の良い衣服を着用する
- ☑ 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで体を冷やす

こまめに水分補給する

- ☑ 室内でも外出時でも、喉の渇きを感じていなくてもこまめに水分・塩分などを補給する

声を掛け合う

- ☑ 高齢者や子ども、障害者などは熱中症になりやすいので、特に注意し声を掛け合う

けんしん(健診・検診)を受けましょう

園健康支援推進担当 ☎ ① 6435-8967 ②③④ 4869-3033 ☎ 4869-3049

①ヘルスアップ(集団健診) ID 1020620

【生活習慣病予防健診】 園▷16～39歳▷4月2日以降に国民健康保険に加入した40～74歳——の人
¥ 23～39歳の人1,000円 【特定健診】 園国民健康保険に加入している40～74歳の人 【健康増進事業健診】 園生活保護を受給している40歳以上の人 【後期高齢者健診】 園後期高齢者医療制度に加入している人。上記以外の方は、加入している医療保険者へお問い合わせを。

いずれも☎電話で健診予約フリーダイヤル ☎ 0120-552-363 (平日午前10時～午後5時)



か健診すずめ通信ホームページから。

受付時間は①午前8時30分～11時30分②9時30分～11時、午後1時～3時③午前9時30分～11時30分。

月	日	曜日	会場	時間
7	8	土	ハーティ 21 ※1	③
	10	月	中小企業センター	③
	13	木	園田東生涯学習プラザ	③
	15	土	保健所	①
	18	火	ハーティ 21	③
			小田南生涯学習プラザ ※2	②
	19	水	大庄北生涯学習プラザ	③
	23	日	ハーティ 21	③
	28	金	女性センターレピエ	③
	30	日	保健所	①

▷ ※1 胃がん ▷ ※2 乳がん——検診が受けられます(料金は別途)

②がん検診無料クーポン券 ID 1022335

7月上旬に同券を送付します。同券が届くまでにがん検診を受診した場合は還付請求ができません。園【子宮頸がん】平成14(2002)年4月2日～15(2003)年4月1日生まれの女性【肺・大腸・胃・乳がん】昭和57(1982)年4月2日～58(1983)年4月1日生まれの人(乳がんは女性のみ)。

③がん検診など ID 1009487

検診により受診できる場所や申込方法、自己負担額が異なります。

検診	対象
胃がん(内視鏡検査)	50歳以上の人(2年度に1回)
胃がん(エックス線検査)	40歳以上の人(1年度に1回)
肺がん(胸部検診)	
大腸がん	40歳以上の女性(2年度に1回)
乳がん	
子宮頸(けい)がん	20歳以上の女性(2年度に1回)
肝炎ウイルス	40歳以上の人(一生に1回)

④出張肺がん検診(胸部)・アスベスト検診

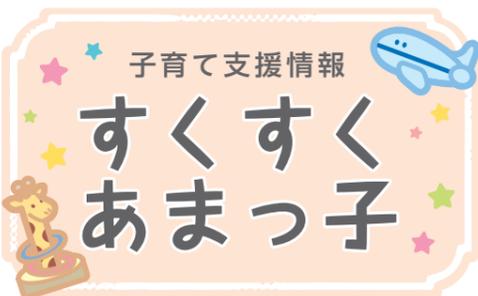
ID 1003321

7月22日(土)午後1時30分～3時30分、ハーティ21で、胸部エックス線検診車での肺がん検診(胸部検診)を。園市内在住の40歳以上の人 宛 60人 ¥300円 甲 7月5日～14日に電話かファクス(住所、氏名、電話番号、生年月日を書いて)で健康支援推進担当。



有料広告欄

※こちらには有料広告を掲載しています



児童扶養手当を受給している人へ 1034346

現在認定中の人に、現況届のお知らせを7月下旬に送付します。現況届などの提出がないと11月以降の同手当が支給されません。また、来年10月までに支給開始から5年が経過するなどの要件を満たす受給資格者には、11月〜来年10月支給分の「一部支給停止適用除外事由届出書」を送付しました。就業中などの要件に該当する人は現況届と併せて届出書などの提出を。園ごとにも福祉課 ☎6489・6349。

すこやか子育て支援事業 「幼稚園であそびまじょう」

1003156 市立幼稚園の行事などに参加

いずれも ①不要 ②7月5日から電話か直接中央地域課 ☎6482・1760。

親子リズム体操

7月21日(金)午前10時30分〜11時30分、サンシビック尼崎で。就学前児と保護者 20組 7月5日から電話か直接サンシビック尼崎 ☎6413・8171(休月曜日)。

親子教室「リトミック」

7月24日(月)午前9時40分〜10時40分・10時50分〜11時50分、武庫西生涯学習プラザで。 ①6カ月〜5歳児と母親 20組 ②1組1000円 ③7月6日から電話か直接同プラザ ☎6431・7899(休水曜日)。

子育てカフェハローたちは

1023197 7月26日(水)①午前9時45分〜10時45分 ②11時15分〜午後0時15分、立花南生涯学習プラザで、手形アートを。 ①20人 ②不要 ③同会 ④半田さん ☎090・6231・1861。

市外から引っ越して来た人へ

◆乳幼児健康診査
ID1002966
園北部地域保健課
☎4950-0637
4カ月・9〜10カ月・1歳6カ月・3歳6カ月児に健康診査を行っています。本市から通知が届いていない人は、北部地域保健課へ。

◆定期予防接種
ID1001890
園感染症対策担当
☎4869-3062
予診票は市内の定期予防接種実施医療機関にありますので、直接各医療機関へ。

加できます。いずれも時間は園により異なります。就学前児と保護者 ①不要 ②各園が就学前教育課 ☎4950・565。

園	内容	月日
北園	七夕飾りをつくろう!	7月5日(水)
立花園	七夕飾りをつくろう!	7月6日(木)
長洲園	七夕飾りをつくろう!	7月7日(金)
小園	七夕飾りをつくろう!	7月8日(土)
大島園	七夕飾りをつくろう!	7月9日(日)
竹谷園	七夕飾りをつくろう!	7月10日(月)
塚園	七夕飾りをつくろう!	7月11日(火)
園田園	七夕飾りをつくろう!	7月12日(水)
立花園	七夕飾りをつくろう!	7月13日(木)
武庫園	七夕飾りをつくろう!	7月14日(金)
北園	七夕飾りをつくろう!	7月15日(土)

園田地域課から

①絵本の読み聞かせ会 1020210 7月7日(金)園田西▽8月4日(金)園田東 生涯学習プラザで。時間は10時〜11時30分。②そのだ子育てカフェ 1002734 7月24日(月)午前10時〜正午、園田東生涯学習プラザで、「栄養と歯」をテーマにバランスの良い食事やレシピの紹介などを。 ③10組。いずれも ①不要 ②7月12

と保護者 ①不要 ②7月5日から電話か直接同課 ☎6491・2361。

中央図書館から

①としょかんコアラくらぶ ID1016362 7月12日(水)・26日(水)午前11時〜11時30分、中央図書館で、絵本の読み聞かせなどを。 ②3歳以下の子どもと保護者 ③各10組。 ②絵本・手あそび DE コミュニケーション! ID1024809 7月20日(木)午前11時〜11時45分、北図書館で。 ③妊婦(パートナーの参加も可)か2歳以下の子どもの保護者 ④10組。 ①不要 ②7月7日から電話か直接中央図書館 ☎6481・5244(休月曜日)。(祝日の場合は火曜日)。

つどいの広場「あみんぐステーション」から

①ベビースケール 7月15日(土)・28日(金)午前10時〜午後2時30分、同広場で、身体測定を。 ②6カ月以下の子どもの保護者。 ②おやこでたのしむひろあそび 8月20日(日)午前10時30分〜正午、小田北生涯学習プラザで。 ③就学前の第1子と保護者 ④30組 ⑤1組5000円。 ①不要 ②7月12

から電話か直接同広場 ☎6435・8320(休月・火曜日)。

女性センター「アヒド」

①親子でいっしょに絵本でほっこりタイム 7月18日(火)午前10時30分〜11時30分 ②6歳以下の子どもと保護者 ③10組 ④保護者1人2500円。 ②子どもを預けて読書でリラックス 7月28日(金)午前10時〜正午。 ③1歳〜就学前児の保護者 ④7人。 ④1歳〜就学前児 ⑤10人 ⑥必要。 ①不要 ②7月14日から電話か直接同センター ☎6436・6331(休月曜日)。

中央北生涯学習プラザで

①梅プラザにこにこひろば ID1020336 7月20日(休)午前10時〜11時30分、屋外でペイント遊びなどを。 ②2歳以下の子どもの保護者 ③30組。 ②おやこ de リトミック & 子どもを守るお金の話 ID1034310 7月30日(日)午前10時〜11時30分。 ③3歳〜5歳児と保護者 ④20組。 ①不要 ②7月12



手形アートもするよ!

南北保健福祉センターから 園北部保健福祉センター北部地域保健課 ☎4950-0637、南部保健福祉センター南部地域保健課 ☎6415-6342

日程	時間	会場	対象・申し込み方法など
7月12日(水)	午後2時〜3時30分	北部保健福祉センター	就学前児の保護者か妊婦とパートナー ④20組 ⑤7月5日から電話か直接北部地域保健課
7月19日(水)	午前10時〜11時	北部保健福祉センター	1〜2歳児と保護者。保護者のみの参加も可 ④10組 ⑤7月5日から電話か専用フォームで北部地域保健課
7月21日(金)・8月2日(水)	午前10時〜11時30分	北部保健福祉センター	市内在住のおおむね4〜9カ月児と保護者 ④各18組 ⑤7月5日から電話か専用フォームで北部地域保健課
7月27日(水)		すこやかプラザ	市内在住のおおむね4〜9カ月児と保護者 ④18組 ⑤7月5日から電話か専用フォームで南部地域保健課
7月26日(水)	午前10時〜11時	北部保健福祉センター	市内在住の1歳以上の子どもと保護者 ④10組 ⑤7月5日から電話か直接北部地域保健課
8月7日(月)	午前10時〜11時	Zoom	市内在住の0歳児の保護者 ④10人 ⑤7月5日〜8月3日にEメールに住所、氏名、電話番号、子どもの氏名・生年月日を書いて南部地域保健課

すこやかプラザで 園同プラザ ☎6418-3463(休水曜日)

日程	時間	対象・申し込み方法など
7月17日(月)	午前10時〜正午	就学前の多胎児と家族か、多胎児を妊娠中の人とパートナー ④15組 ⑤不要
7月28日(金)	午前10時〜11時	「ひとりっ子ってどう?」をテーマに。 ④10人 ⑤7月7日から電話で同プラザ
①7月17日(月) ②8月21日(月) ③9月18日(月)	午後1時30分〜3時	8カ月以下の子どもと母親。①③は父親の参加も可 ④各20組 ⑤不要
毎月最終日曜日	午前10時〜11時30分	就学前児と父親 ④各20組 ⑤不要

休日夜間急病診療所の小児科の診療受け付けは午後11時30分まで

ID1002452 園保健企画課 ☎4869-3010

午前0時〜6時、子どもの体調が悪く、医療機関に連れて行くか迷うときは **あまがさき小児救急相談ダイヤル ☎6436-9900**

看護師がアドバイスをします。相談内容により、受診が必要と判断された場合は、医療機関で診察を受けることができます

午前0時までの相談はこちらのご利用を **尼崎市小児救急医療電話相談 ☎6436-9988**

●平日 午後9時〜午前0時 ●土・日曜日、祝日、年末年始 午後4時〜午前0時

子育て中の皆さんの負担を減らしたい! 産前産後ヘルパー派遣事業を開始

ID1033728 園健康増進課 ☎4869-3033

7月から、体調不良などのために家事や育児が困難な家庭に、本市が指定する事業者からヘルパーを派遣します。利用時間には上限があります。

◆対象 ▷母子健康手帳交付後の妊婦▷11カ月以下の子どもの主たる養育者——で、日中に家族などの協力が得られない人。

◆支援日時 平日午前8時〜午後6時。

◆支援内容 【家事援助】▷食事の準備や片付け▷衣類の洗濯▷住居の清掃や整理整頓▷生活必需品の買い出し 【育児援助】▷授乳介助▷おむつ交換▷沐浴介助▷兄弟姉妹の世話(保育園などへの送迎を含む)——など。

◆1時間当たりの利用料 【生活保護世帯】無料 【市民税非課税世帯】400円 【その他の世帯】800円。

⑤7月1日から所定の用紙を直接か専用フォームで健康増進課。申請後、同課から確認の電話をします。申請から利用開始までに1〜2週間程度必要な場合があります。