



11月15日

「世界さい帯血デー」

〜へその緒が救う〜  
さい帯血移植

へその緒のなかの血液（さい帯血）が白血病などの患者さんの命を救います。

問合先 日本赤十字社近畿さい帯血バンク（☎06・6962・7056）  
◀ホームページ



風しん追加的対策での抗体検査及び

第5期の定期接種

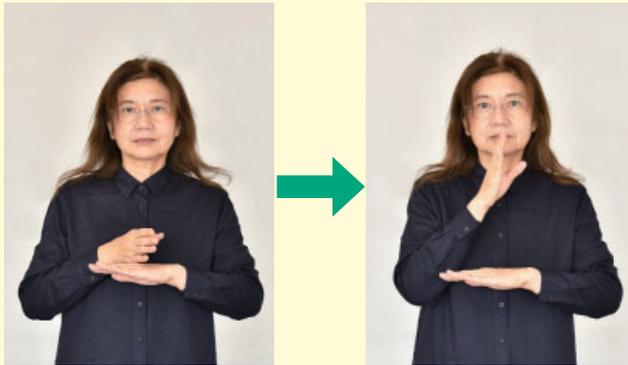
昭和37年4月2日〜昭和54年4月1日に生まれた男性は、風しんの抗体価が低い可能性があるため、クーポン券を用いて「抗

手話をやってみよう！  
～ワンポイント手話講座④～

今月の手話「ありがとう」

左手の手のひらを下に向け、右手の指先を揃えて小指側を左手の甲に置き、上げます。「(~)のおかげ」「感謝」という意味も表せます。

問合先 地域共生推進課



クーポン券の発送

対象者に郵送しています。まずは、抗体検査が必要になります。抗体検査希望の人で手元にクーポン券がない人、または、

クーポン券の有効期限

来年3月31日

実施場所

①全国の指定医療機関（医療機関の一覧は、インターネット「風しんの追加的対策 厚生労働省」で検索）

体検査」を実施し、抗体検査の結果にて十分な抗体量がないことが判明した場合は「定期接種」を行うことができます。  
対象 検査・接種当日、泉佐野市に住民登録がある男性  
※定期予防接種は、対象になる男性のうち抗体検査結果にて十分な量の抗体がないことが判明した人

紛失した人は健康推進課で再発行します。  
※抗体検査および定期接種を受ける際には、クーポン券と本人確認できる書類の提示（保険証や運転免許証など）が必要  
自己負担金 いずれもクーポン券の使用で無料

検診のご案内

～対象の人はこの機会に検診を受けましょう～

問合先 健康推進課

検 診	対象市民	検診内容	申込・問合先
①肝炎ウイルス検診	過去に肝炎ウイルス検診に相当する検診を受けたことがなく、今年度40歳以上となる人	問診・血液検査	指定医療機関は健康推進課ホームページ・広報5月号保存版を参照
②歯周疾患検診	40・50・60・70歳の人	問診・口腔内診査とその結果に基づくアドバイス ※歯科治療ではありません。	指定医療機関は健康推進課ホームページ・広報6月号を参照
③骨粗しょう症検診	40・45・50・55・60・65・70歳の女性	問診・エックス線による骨量の測定	指定医療機関は健康推進課ホームページ・広報5月号保存版を参照

受診回数 ①は生涯に1回、②③は該当年齢で1回

自己負担 ①②は無料、③は500円

持ち物 健康保険証、自己負担金

※自己負担金減免制度あり。詳しくは健康推進課までお問い合わせください。



水道基本料金の減免制度

65歳以上の人だけで構成される高齢者世帯は、水道等基本料金の減免を受けられる場合があります。

申請を希望する場合は、所得制限がありますので、まず電話で問い合わせてください。  
申請・問合先 地域共生推進課

②特定健診（抗体検査のみ）  
③事業所健診など（抗体検査のみ）  
※①は要予約。②③は健診申込時にご確認ください。  
問合先 健康推進課  
※いずれも該当しない人で妊娠を希望する女性・妊娠を希望する女性の配偶者・妊婦の配偶者は、一定の基準を満たした場合、「風しん任意予防接種費用の助成」に該当する場合があります。詳しくは問い合わせてください。

## 40歳～74歳の国民健康保険加入のみなさんへ ～年に1回健康チェック！特定健診を受けましょう～

特定健診は高血圧を含む生活習慣病の早期発見だけでなく、治療している人も重症化予防のために受けることができます。主治医に相談してください。

### 【医療機関で受診する場合】

**受診期間** 来年3月末まで

**予約方法** 直接、特定健診医療機関（送付済の受診券と同封のパンフレットに掲載）へ

### 【健診センターで受診する場合】

**受診期間** 来年1月25日(木)は午前・午後、26日(金)・27日(土)・29日(月)は午前のみ

#### 予約方法

●電話予約の場合…11月20日(月)～12月20日(水)（日曜日、祝日除く）の午前8時30分～午後7時にフリーダイヤル☎0120-188-489（聴覚障害者用 Fax461-4571 土・日曜日、祝日除く）へ

●インターネット予約の場合…11月20日(月) 午前8時30分～12月20日(水) 午後7時にウェブサイト「さのテル」(<https://www.aitel-reservation.jp/izumisanocity-osaka/>)へアクセス

※いずれも受診券が必要です。今年度まだ受診していない人で、受診券がない人は問い合わせてください。

**問合先** ●受診券などに関すること…国保年金課  
●健診内容に関すること…健康推進課



▲さのテル



## 特定健診を受け、健康長寿を目指しましょう

(一社) 泉佐野泉南医師会 副会長 新山一秀

新型コロナウイルスのパンデミックは世界に大きな影響をもたらしましたが、みなさんの生活もだいぶ平常に戻ってきたのではないかと思います。緊急事態宣言なども古い記憶になりつつあります。コロナの巣ごもりで運動不足になっていませんか？さらに、今夏は過去125年で一番の猛暑で、なかなか運動もできませんでした。

2022年度の調査では、日本人の死因の1位は悪性新生物（腫瘍）で、2位が心疾患（高血圧を除く）、3位が老衰、4位が脳血管疾患でした。悪性新生物（腫瘍）の予防は困難ですが、心臓病や脳血管疾患の原因となる、高血圧、糖尿病、脂質異常症、慢性腎臓病などは特定健診を受診すれば容易に見つけることができ、きちんと治療を受ければ心臓病や脳卒中の9割が予防可能と言われています。

日本人の高血圧有病者は4,300万人ですが、そもそも高血圧があるのに気づいていない人が1,400万人、高血圧と知っていながら治療していない人が450万人、治療中の人は2,450万人ですが、そのうちコントロール不良な人が1,250万人、良好な人はわずか1,200万人、との調査があります。せっかく治療を受けていても不十分な治療では心臓病や脳卒中の予防にならないことを教えてください。まず、自宅で上腕（にのうで）に巻く血圧計で朝晩の血圧を測りましょう。収縮期血圧が135mmHg、拡張期血圧が85mmHg以上が続く人は、何らかの治療が必要です。

泉佐野市の40～74歳で国民健康保険に加入している人の特定健診では、国の基準よりも検査項目を増やし心電図も受診者全員に検査を行っています。これにより脳卒中の大きな原因となる心房細動（不整脈の一種で、心房に血の塊ができ、脳血管に飛んで脳梗塞を起こす）の検出にも役立っています。

泉佐野市、りんくう総合医療センター、泉佐野保健所、泉佐野泉南医師会はお互いに協力し、特定健診で診断された心房細動の所見のある人や高コレステロール血症の人を治療へと結びつける事業を行い、命に係わる病気の予防に結び付けています。

特定健診を毎年受けることにより、メタボリックシンドロームの早期発見ができ、治療中の人も病気が適切にコントロールされているかの判断ができます。また、異常があれば特定保健指導を受けてください。

日本人の平均寿命は、女性が87.57歳、男性が81.47歳ですが、健康寿命（日常生活が制限なく生活できる期間）は、女性が75.38歳、男性が72.86歳となっています。この健康寿命を延ばすことが大事です。年をとっても寝たきりや要介護にならないようにすることは、ご家族や若い人たちへの負担を減らすことにもなり、社会貢献にもつながります。

年に一度は特定健診を受け、健康長寿を目指しましょう。（特定健診は集団健診だけでなく、お近くの医療機関でも受けることができます。）

## 集団がん検診（予約制・先着順） ～元気で「もしも」のためです がん検診～（健康マイレージ対象）

問合先 健康推進課

日時・種別 下表のとおり

申込

## ●先行予約受付 ～がん検診受診促進キャンペーン～（健康推進課での窓口予約）

電話での予約混雑をさけるため、5人以上の申込で通常の受付期間に先行して予約ができます。受付期間が同一であれば、検診日は全員が同日でなくても構いません。申込チラシに必要事項を記入し、代表者が先行予約受付日〔11月15日(水)〕に健康推進課へ5人以上提出してください。予約結果はその場で代表者へお知らせします。

※申込チラシは市ホームページからダウンロードできます。

## ●インターネット予約 11月20日(月) 午前8時30分～12月20日(水) 午後7時

(https://www.aitel-reservation.jp/izumisacity-osaka/) 「さのテル」で検索！

※右記のインターネット予約用二次元コードからもアクセスできます。

## ●電話予約 11月20日(月)～12月20日(水)（日曜日、祝日除く）午前8時30分～午後7時にフリーダイヤル☎0120-188-489（聴覚障害の人限定 Fax461-4571）へ

※先行予約受付日以外の健康推進課窓口予約はありません。変更・キャンセルは、受付期間内にフリーダイヤルまたはインターネットで



さのテル

実施日	時間	がん検診の種別	場所
1月22日(月)	午前	結核・肺、胃、大腸	南部市民交流センター本館
	夜間	結核・肺、大腸、乳、子宮	
1月23日(火)	午前	結核・肺、胃、大腸	北部市民交流センター本館
	夜間	結核・肺、大腸、乳、子宮	
1月25日(木)	午前(*)	結核・肺、胃、大腸	健診センター
	午後(*)	結核・肺、胃、大腸、乳、子宮	
1月26日(金)	午前(*)	結核・肺、胃、大腸	
1月29日(月)	午前(*)	結核・肺、胃、大腸、乳、子宮	
1月30日(火)	午前	結核・肺、胃、大腸	

※当日受付時間：午前は9時～11時30分、午後は1時30分～4時（北部・南部市民交流センター本館は午前10時～午後0時30分）、夜間は午後3時～5時30分（検診・日程により異なる）

(\*) …特定検診等受診可 加入している医療保険の種類に関係なく、特定健診とがん検診がセットで受けられます。泉佐野市国民健康保険・全国健康保険協会（協会けんぽ）以外は、事前に加入の医療保険者に受診可能か確認のうえ、受診券の発行を受けた後、申し込んでください。



## 【結核・肺がん検診】

内容・費用

- 胸部レントゲン・無料
- 喀痰細胞診(対象者のみ)・300円

対象 40歳以上の市民

## 【胃がん検診】

内容・費用 胃部エックス線検査・600円

対象 40歳以上の市民

※50歳以上の方は、指定医療機関で胃内視鏡検査（自己負担2,000円）を受診できます。また、胃内視鏡検査を受診すると次年度の胃がん検診は受診不可です。

## 【大腸がん検診】※指定医療機関でも受診可

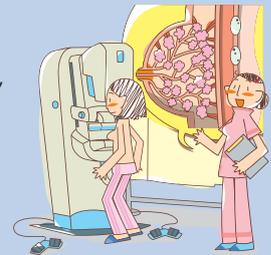
内容・費用 便潜血検査・無料

対象 40歳以上の市民

## 【乳がん検診】※指定医療機関でも受診可

内容・費用 マンモグラフィ（乳房エックス線検査）・1,100円

対象 40歳以上の女性の市民（令和4年4月1日以降に受診した人は不可）



## 【子宮がん検診】※指定医療機関でも受診可

内容・費用 細胞診と内診・800円

対象 20歳以上の女性の市民（令和4年4月1日以降に受診した人は不可）

※詳しくは広報5月号保存版「守ろう健康 つくろう健康」をご覧ください。