



処方薬について 相談してください

複数の医療機関に受診している場合に、それぞれの医療機関などでは処方薬について適切な管理がされていますが、服薬されているすべての薬を確認すると、同じ成分の薬の処方や、薬同士の飲み合わせが悪いことがあります。さらに、服薬種類が多い場合、体に不調をきたすような副作用が生じることがあります。そこで本市では、該当する人に対し「服薬情報のお知らせ」を送付するとともに、かかりつけ医やかかりつけ薬剤師に相談するよう、電話による案内を実施しています。

また、令和7年度は、大阪府国保ヘルスアップ支援事業として、大阪府、(一社)大阪府薬剤師会と連携し「令和7年度ナッジを活用した適正服薬推進

事業」に取り組んでいます。複数の薬を処方している人を対象に通知を送付している中で、案内が届いたら、案内の入った封筒一式とお薬手帳をもって、同封された「協薬薬局一覧」のかかりつけ薬剤師に相談してください。薬剤師が確認すると、同じ成分の薬がある、薬どうしの飲み合わせが悪いことに気づくことがあります。

服用している薬について、不安や悩みを解消する手伝いをしますので、自身の判断で服薬を中止したりせず、ぜひ相談してください。

問合先

- 国保年金課
- 健康推進課

健康マイレージさのぼっ歩 初心者サポート会

スポーツタウンMANAGER(さのぼっ歩)アプリの新規登録が難しい人に、初心者サポート会を実施します。

日時 11月26日(水) 午前10時～午後4時のうち、約1時間(予約制)

※予約時間は申込時にお知らせします。

場所 レイクアルスタープラ

ザ・カワサキ生涯学習センター
対象 スポーツタウンMANAGER(さのぼっ歩アプリ)の新規登録を希望する人
定員 30人(先着順)
持ち物 スマートフォン、さのぼっカード、今年度の健(検)診結果(あれば)
※必ず本人がスマートフォンを持って来てください。
申込・問合先 11月4日(火)以降に電話で健康推進課へ

ご存じですか?

ポリファーマシー

多くの薬を服用しているために、副作用を起こしたり、きちんと薬が飲めなくなったりしている状況のことをいいます。

高齢になると複数の病気を抱える人が増えてきます。病気の数が増えると薬が増えて、薬同士が相互に影響し合うこともあります。そのため、薬が効きすぎてしまったり、効かなかったり、副作用が出やすくなったりすることがあります。

【対応策】

●「何か変だな」「いつもと違う」と感じたら、必ず医師や薬剤師に相談しましょう

●日頃からかかりつけの医師や

薬剤師に、処方されている薬の情報を把握してもらいましょう
●お薬手帳を1つにまとめて受診時に持参しましょう
●マイナ保険証を活用しましょう

問合先 健康推進課



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、水道など基本料金の減免を受けられる場合があります。

※同一住所にある人全員が65歳以上に限る

申請を希望する場合は、所得制限がありますので、まずは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

検診のご案内(健康マイレージ さのぼっ歩対象) ～対象の人はこの機会に検診を受けましょう～

検 診	対象市民	検診内容	申込
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、満40歳以上の人	問診・血液検査	指定医療機関は市ホームページ(ID:12281)・広報5月号保存版を参照
②歯周疾患検診	20・30・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	指定医療機関は市ホームページ(ID:12282)・広報6月号を参照

受診回数 ①は生涯に1回、②は該当年齢で1回

持ち物 健康保険証(マイナ保険証)または資格確認書

問合先 健康推進課

※自己負担金無料



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（送付する受診券に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22日(木)は 午前・午後、24日(土)・26日(月)・27日(火)は午前のみ

予約方法

●電話予約の場合…11月17日(月)～12月17日(火)（日曜日、祝日除く）の午前8時30分～午後7時に☎0120-188-489（聴覚障害者用 Fax461-4571〔受付：午前8時30分～午後5時15分〕）へ

●インターネット予約の場合…11月17日(月) 午前8時30分～12月17日(火) 午後7時にウェブサイト「さのテル」(<https://www.aitel-reservation.jp/izumisancity-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



未来の健康を守る鍵は特定健診にあります

（一社）泉佐野泉南医師会副会長 上田量也

特定健診は、40～74歳の被用者保険（健康保険組合や全国健康保険協会など）や国民健康保険の加入者を対象として実施されており、メタボ健診とも言われています。糖尿病、高血圧、脂質異常症など、症状が出にくい生活習慣病の予防・早期発見を目的とした健康診査です。

泉佐野市の令和6年度特定健診受診率は35.4%（令和7年9月末時点）で、ここ数年来、徐々に上昇して来ています。しかしながら、まだ、全国平均（38.2%）を下回っており、特に40～50代の働き盛り世代の受診率が低い傾向にあります。「健康だから大丈夫」「忙しくて時間がない」といった理由で受診を見送る人が多いですが、実はその“油断”が将来のリスクにつながります。

症状が出る前に見つけるのが健診の目的です。平日に時間がない人は、土日も受診可能な医療機関があります。特定健診は、通院中でも受診でき、治療とは「別の視点」「別の角度」で健康をチェックします。特定健診の受診料は無料で「1万円相当の健診」が受けられます。

実際に、市の特定健診では、独自の取組で検査項目を増やし、受診者全員に心電図検査を行っています。これは、より市民の皆様の健康を守るため、不整脈や虚血性心疾患といった「心臓病」の検出に役立っています。例えば、不整脈のひとつ「心房細動」は、心臓に血栓（血の塊）ができ、その血栓が心臓から脳にとんで重症の脳梗塞の原因となりますが、泉佐野市特定健診が、この、「心房細動」の早期発見につながっています。心電図で「心房細動」が発見された段階で治療（具体的にはカテーテルアブレーション治療）を受ければ、脳梗塞の発症を防ぐことができるのです。

まずは、一度、特定健診を受診してみましょう。受診することで、自らの健康の位置づけができます。もし、異常値が検出されるようであれば、生活習慣の改善によって数値を正常に保つことで、生活習慣病の克服は可能です。

「あなたの健康は、あなた自身が守る」。まずは一步、特定健診から始めましょう。

手話をやってみよう！

～ワンポイント手話講座②⑦～

今月の手話「息子、倅（せがれ）」

右手親指を立てて腹から下ろしながら斜め前へ出す

問合先 地域共生推進課



11月17日

世界さい帯血デー

へその緒が救う

さい帯血移植

へその緒の中の血液（さい帯血）には、血液をつくる細胞（造血幹細胞）が多く含まれていますが、造血幹細胞を移植することで白血病などの患者さんを救うことができます。

問合先 日本赤十字社近畿さい帯血バンク（☎072・643・1327）

ホームぺージ



集団がん検診（予約制・先着順）

～元気でも「もしも」のためです～（健康マイレージ さのぼっ歩対象）

問合先 健康推進課

日時・種別 表のとおり

予約受付期間	検診日	時間	場所	結核・肺	胃	大腸	乳（＊2）	子宮（＊2）
				40歳以上	40歳以上	40歳以上	40歳以上	20歳以上
				毎年 無料（＊3）	毎年 600円	毎年 無料	2年に1回 1,100円	2年に1回 800円
11月17日(月) 午前8時30分～12月17日(火) 午後7時 ※定員になり次第終了 先行予約日：11月12日(火)	来年1月22日(木)	午前（＊1）	健診センター	●	●	●	●	●
	1月22日(木)	午後（＊1）	健診センター	●	●	●	—	—
	1月26日(月)	午前（＊1）	健診センター	●	●	●	—	—
	1月27日(火)	午前（＊1）	健診センター	●	●	●	●	●
	1月29日(木)	午前	健診センター	●	●	●	—	—
	1月30日(金)	午前	健診センター	●	●	●	—	—
	1月31日(土)	午前	健診センター	●	●	●	—	—

※いずれも市民に限ります。

※予約時間は申込時にお知らせします。

（＊1）…加入の医療保険の種類に関係なく特定健診（国基準項目）とがん検診がセットで受けられます。どの医療保険に加入していても、受診券が必要になります。泉佐野市国民健康保険に加入の人は、特定健診と同時受診できる別日程があります。詳しくは特定健診受診券に同封のチラシをご覧ください。

（＊2）…女性のみ

（＊3）…喀痰細胞診：300円

申込

●インターネット予約（<https://www.aitel-reservation.jp/izumisanocity-osaka/>）

※予約受付期間内、24時間申込可。二次元コードからも予約できます。

●電話予約 予約受付期間内（日曜日、祝日除く）の午前8時30分～午後7時に

☎0120-188-489（聴覚障害の人限定 Fax461-4571）へ

●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申込期間に先行して予約ができます。申込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12日(火)〕に健康推進課へ5人分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（ID：12277）からダウンロードもできます。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、申込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

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。