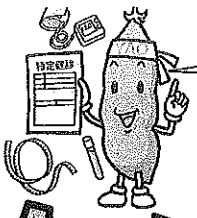
6月



半日で5つの健(検)診が受けられます！！

出張健診がんプラス

健(検)診日 2019年6月23日(日)

※受付：午前9時～11時

会場 久宝寺愛の郷・八尾の杜

実施する健(検)診 ※単独でも受けられます！

申込み（先着順）
5/7（火）
午前8：45～

健康診査	胃がん検診	肺がん検診	大腸がん検診	乳がん検診
＊対象者 受診券をお持ちの方、または、生活保護受給者	＊対象者 満35歳以上	＊対象者 満40歳以上	＊対象者 満40歳以上	＊対象者 昭和偶数年生まれの満40歳以上の女性

＊各種健(検)診には、条件がありますので、受診できない場合がありますが、ご了承ください。詳しくは、八尾市保健センターへお問い合わせください。

お申し込み方法

八尾市保健センター（八尾市旭ヶ丘5－85－16）
＊お問い合わせは、下記②～⑤まで

※下記①～⑤のいずれかの方法でお申し込みください！
健康診査の申し込み時は、健康診査受診券を必ず準備してください（生活保護受給者は申込み時にお伝えください）。
申し込み初日のみ開始時間以前は受付けませんので、ご注意ください。

①八尾市ホームページ申し込みフォーム（推奨）
→申し込みフォームQRコード

②メール：gankenshin@city.yao.osaka.jp
③保健センター窓口　④電話：072-993-8600　⑤FAX：072-996-1598

※FAX またはメールでお申し込みの場合は、希望する健(検)診名（例：乳がん検診）、健(検)診日、氏名、生年月日、年齢、性別、住所、電話番号、妊娠の有無（女性の方のみ）、また、健(検)診を受けるにあたって介助を要する場合や不安があればその内容を記載してください。健康診査申し込みの場合は、追加で健康保険証の被保険者記号・番号、保険者名称、保険者番号、健康診査受診券有効期限を記載してください。乳がん検診の申し込みの場合は、追加で、ペースメーカー使用の有無、豊胸手術実施の有無、VPシャント術実施の有無、授乳の有無を記載してください。メール・FAXの場合、申し込みをいただいてから3日以内(土日祝含まず)に連絡を致しますので、連絡がない場合は必ず保健センターまでお問い合わせください。

回覧										

みんなの健康だより

平成31年4月号
久宝寺出張所
電話:922-2233
FAX:922-9967

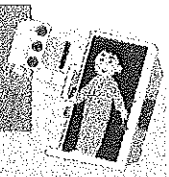
こんにちは！出張所等の保健師が毎月、健康についての情報をお知らせする『**みんなの健康だより**』を発行しています。今月のテーマは『**がん検診**』です。

～受けていますか？がん検診！！～

現在、日本人は一生のうちに２人に１人は何らかのがんにかかると言われています。
がんは、誰もがかかる可能性のある、身近な病気といえます。がんは**早期発見**が大切です！

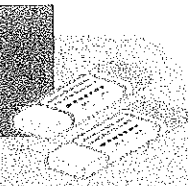
定期的にがん検診を受けましょう！！

胃がん検診
（満35歳以上、年度内１回）



◎胃部エックス線撮影
胃を膨らませる発泡剤を飲んだ後にバリウム（造影剤）を飲み、胃の中の粘膜を観察します。胃がんだけでなく、潰瘍やポリープなども発見することができます。

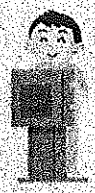
大腸がん検診
（満40歳以上、年度内１回）



◎便潜血検査
専用の検査容器に少量の便を採取して、便に潜む血液の有無を調べます。大腸がんやポリープなどを発見することができます。

※便潜血陽性と言われたら、大腸内視鏡検査を受ける必要があります。

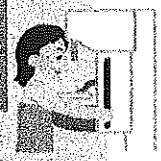
肺がん検診
（満40歳以上、年度内１回）



◎胸部エックス線撮影
エックス線で肺全体を撮影します。

◎喀痰細胞診
喫煙歴などから必要な方に対して、喀痰を採取し、肺がんの細胞が混入していないかを調べます。

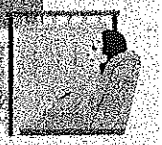
乳がん検診
（満40歳以上の女性、２年に１回）
※2019年度は西暦の奇数年生まれ
（昭和の偶数年生まれ）



◎視触診
医師が乳房を診察し、しこりの有無を調べます。

◎乳房エックス線撮影(マンモグラフィ)
乳房を片方ずつプラスチックの板ではさみ、撮影します。触診では見つからないような小さながんを発見することができます。

子宮がん検診
（満20歳以上の女性、２年に１回）



◎内診
子宮、卵巣、子宮近辺を内診します。

◎細胞診
子宮頸部の粘膜を採取し、がん細胞の有無やがん細胞の種類（組織型）を調べます。

八尾市民はすべての検診を“無料”で受けることができます！

受診方法など詳しくは保健事業案内・市政だより・ホームページをご覧いただくか、保健センター（072-993-8600）へお問い合わせください。

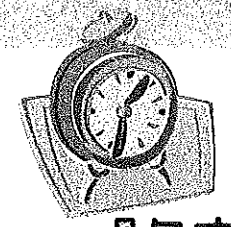
がんになるリスクを下げよう！！

☆キーワードは「禁煙」「節酒」「食生活を見直す」「身体を動かす」「適正体重の維持」

この５つの健康習慣を実践することで、がんリスクはほぼ半減すると言われています。
がん検診に加えて、生活習慣も見直してみましょう！

【参考】国立がん研究センターがん情報サービスHP

久宝寺ほっとステーション

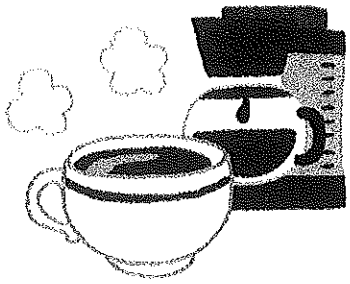


開催日程のお知らせ

『久宝寺ほっとステーション』は、老若男女を問わず、
だれでも気軽に集える“ふれあい喫茶”です。

スタッフ一同、みなさんのお越しをお待ちしています。

平成３１年・令和元年
４月は選挙のためお休み
５月１９日（日）第3日曜日
６月１６日（日）第3日曜日
７月２１日（日）第3日曜日
８月１８日（日）第3日曜日



※９月は、好きやねん久宝寺まつり
開催によりお休みです。

１０月２０日（日）第3日曜日
１１月１７日（日）第3日曜日
１２月１５日（日）第3日曜日
令和２年
１月１９日（日）第3日曜日
２月１６日（日）第3日曜日
３月１５日（日）第3日曜日

※感謝祭等のイベントは、その都度、
広報します。

※地域で暮らす高齢者の身近な
相談窓口『高齢者あんしんセンター
「久宝寺　愛の郷」』による
生活・健康相談等も随時あります。

営業時間 ： 午前9時30分～午前11時30分
場　　所 ： 寺内町ふれあい館 【八尾市まちなみセンター】
飲 物 代 ： コーヒー・紅茶　1杯100円（お菓子つき）

主　催　：　久宝寺小学校区まちづくり協議会

第3回

西郡はなはなマーケット

西郡
はなはな
マーケット

西郡deつながる
豊かな交流。

《駐車場無料》※数に限りがあります。

2019年5月26日(日) 10:00-15:00

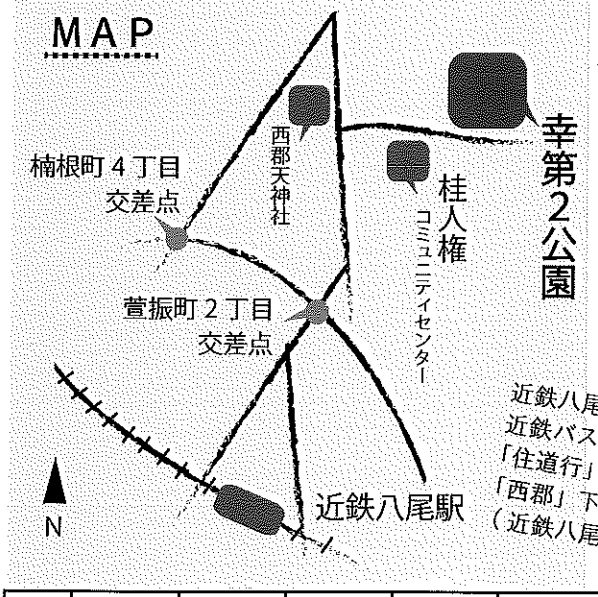
幸第2公園(八尾市幸町1丁目6)(雨天中止)

西郡の地域は高齢者が多く、買い物に困っている方が沢山います。野菜やおいしい料理、手作りものなどが集うマーケットを行い、楽しく買い物支援を行いたいと考えました。
今年で3年目になる今回は、約40店舗の出店と共に、心豊かになる音楽や、子どもたちが楽しめるワークショップで、訪れる人が西郡で交流できる場をつくりたいと考えています。
ぜひお気軽にお越しください。

楽しいお店が大集合!!

大和牛コロッケ・ホットドッグ・クロワッサンたい焼き・ラスポテト・天むす弁当・からあげ
ローストチキン・中華まん・油かすたこ焼き・焼きそば・テールスープ・美味しいパン
スムージー・手作りクッキー・タピオカドリンク・クレープ・ソフトクリーム・シフォンケーキ
かき氷・手づくりかばん・がまぐち・手づくりアクセサリー・ハンドマッサージ・バザー
石鹸づくり・鼻緒づくり などなど

MAP



近鉄八尾駅より
近鉄バス6番のりばより
「住道行」か「萱島行」にて
「西郡」下車徒歩5分
(近鉄八尾駅よりバスで約15分)

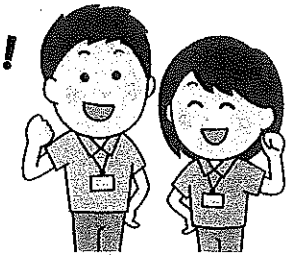
去年は1900人の人が
遊びにきました!

お問い合わせ・詳細は
西郡はなはなマーケット実行委員会
HP:http://hanahana.strikingly.com/
tel:072-922-1826(桂人権コミュニティセンター)

回覧													

市民活動を支援します！

平成31（2019）年度　地域福祉推進基金事業助成金団体募集！



地域福祉推進基金事業助成金は、市民の福祉意識の向上と障がい者福祉意識の向上に寄与する事業・多くの市民が享受できる事業に対し、助成を行い支援するものです。

助成金額

Aコース　上限5万円
地域福祉または障がい福祉の推進に関すること

Bコース　上限30万円
年間を通じた取り組みまたは定期的に行う取り組み

Cコース　上限80万円
障がい当事者及びその支援団体が行う年間を通じた取り組みまたは定期的に行う取り組み

応募期間

4月22日（月）～5月21日（火）

所定の応募用紙。窓口にて受付。
応募用紙は下記問合わせ先と各出張所、市民活動支援ネットワークセンター、社会福祉会館などで配布します。市ホームページからもダウンロードできます。
※事業・団体の内容によっては助成対象とならない場合があります。
　詳細はお問い合わせください。

申請受付場所・問合せ先

八尾市役所
地域福祉政策課　TEL：924-3835　FAX：922-3786
障がい福祉課　TEL：924-3838　FAX：922-4900

回覧												

2020年はスモークフリーで迎えましょう！

2020年に向けてたばこに関する法律が変わります。

禁煙塾

無料

6月2日・9日・16日

全て日曜日　午前9時30分～12時

場所　八尾市保健センター　（旭ヶ丘5-85-16）

尿中コチニン・コチニン濃度検査、
呼気一酸化炭素濃度検査も実施

内容

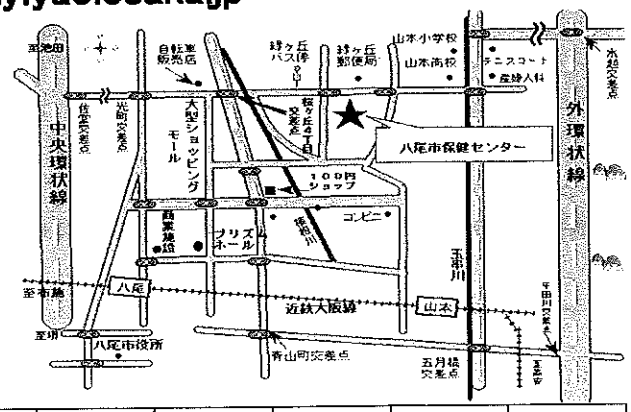
1日目：禁煙塾卒業生より「体験談」
2日目：保健師より「自分に合う禁煙方法について」
3日目：医師より「禁煙治療について」

申込み

5／8（水）より受付　　定員35名（先着順）
八尾市保健センターまで
電話：072－993－8600
Fax：072－996－1598
mail：byebye-tabako.yao@city.yao.osaka.jp

【昨年度の参加者の声】

・みんな色々な思いで頑張っていることを認識し自分も頑張ろうと思った。
・正しい禁煙法が見つかったように思う。
・薬を服用しなくても禁煙できた。
など



回覧											

住まいる講座

『リフォーム×耐震補強』塾

参加無料

これからリフォームや耐震補強をお考えの方必見！
考えてはいるけれど、どう進めていいかお悩みの方！
ぜひご参加ください！

日　時　2019年5月18日（土）
【講演】午後２時～午後４時　【個別相談会】午後４時～（30分程度）

会　場　八尾市役所 本館６階　大会議室

定　員　【講演】50名※　【個別相談会】5組※　**要予約**

申込期限：5月10日(金)　※申込が定員を超えた場合、抽選となります。

こんなお話が聞けます！

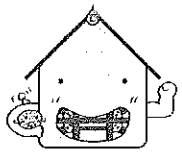
■夢ある住宅リフォーム
・実例紹介、ヒント満載！リフォームあれこれ

■かしこいリフォーム！
工事をする前に必ず耐震診断！
・耐震診断ってどんなことをするの？費用は？
・昭和５６年以降に建てたけど大丈夫なの？
・耐震補助制度とブロック塀補助制度について

■耐震補強工事を見てみよう！
・実際の耐震工事はこんなことします

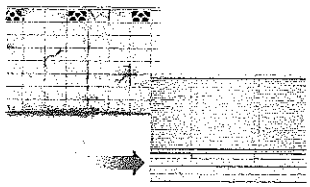
住宅もブロック塀も、補助金で安全に！

＜耐震補助制度＞



昭和 56 年より前に建てられた木造住宅が対象です。補助制度を利用すれば、耐震診断は**自己負担 5,000 円**程度で受けられ、耐震改修工事に**最高 100 万円を補助**します。

＜ブロック塀補助制度＞



道路等に面したものが対象です。
撤去と改修に対し、**最高 20 万円を補助**します。

いずれの補助制度も、その他要件があり、必ず事前の申請が必要です。
講演会の中でも補助制度の説明をいたします。

講演・個別相談会のお申し込みは、お電話またはＦＡＸで！

お申込み先　八尾市 住宅政策課
TEL / 072-924-3790
FAX / 072-924-2301
（受付時間　8:45～17:15（土日祝日除く））

・受講者の方には、後日受講票を送付します。
・FAX の場合は、氏名、住所、電話番号、参加人数、個別相談のご希望の有無をご記入ください。

参加者全員にどちらかひとつプレゼント！

◆主催　八尾市 建築部 住宅政策課　◆共催　特定非営利法人八尾すまいまちづくり研究会

回覧															