保健・医療の情報コーナー

すこやかライフ

保健センター（〒564・0072出口町19・2TEL6339・1212FAX6339・7075）
保健医療室（〒564・0072出口町19・3保健所内TEL6339・2225FAX6339・2058）
地域保健課（〒564・0072出口町19・3保健所内TEL6339・2227FAX6339・2058）
国民健康保険課（TEL6384・1239FAX6368・7347）
口腔ケアセンター（〒565・0862津雲台1・2・1TEL6155・8020FAX6873・3030）

保健所のホームページ　保健センターのホームページ

各種健（検）診

加入している公的医療保険の種類に関係なく受診可。誕生月かその翌月の受診を推奨。65歳以上は無料。64歳以下で吹田市国民健康保険の加入者は国民健康保険課へ、市民税非課税・生活保護世帯は検診の2週間前までに保健センターへ申請すれば、いずれも無料。問保健センター。

健診	30歳代健診	血圧測定、尿検査、血液検査など。30～39歳。	無料
	成人歯科健診	口腔内検査、歯面清掃など。30～74歳。障がいのある15～74歳の人は通年受診可。	
個別検診	胃がん検診 ※1	胃内視鏡検査 ※2。50歳以上で今年偶数年齢になる人。	2000円
	大腸がん検診	便潜血反応検査。40歳以上。	300円
	肺がん検診 ※3	X線検査。40歳以上。問診の結果、必要な人のみ喀痰検査。50歳以上。別途500円。	400円
	子宮がん検診	頸部細胞診。20歳以上の女性で、今年偶数年齢になる人。問診の結果、必要な人のみ体部細胞診。別途500円。	500円
	乳がん検診	マンモグラフィと視触診。40歳以上の女性で、今年偶数年齢になる人。	1000円
	前立腺がん検診	血液検査。50歳以上の男性。	700円
	結核検診 ※3	X線検査。65歳以上。	無料
	B・C型肝炎検診	血液検査。20歳以上で、B・C型肝炎ウイルス検査を受けたことがない人。	
	骨粗しょう症検診	骨量測定。20～70歳で年齢の下1桁目の数字が今年0か5になる人。	1000円
	聴力検診	6周波の聴力検査。今年50・55・60・65・70歳になる人。	500円

所申直接、協力医療機関へ。
協力医療機関は市報10月号と同時配布した「各種健診・検診ガイド」と保健センターホームページに掲載しています。

集団検診	胃がん検診 ※1	X線検査。50歳以上。1000円。昨年胃内視鏡検査を受けていない人。	時(1)3月7日(月)、(2)3月16日(水)、(3)3月18日(金)。いずれも午前9時～11時。所保健センター。	申💻か、検診名、希望日、住所、名前、性別、生年月日、電話番号を郵送かファックスで保健センターへ。(1)2月21日(月)、(2)3月2日(水)、(3)3月4日(金)必着。多数の場合は日程を振り替えることがあります。詳しい案内は検診日の約2週間前に送ります。
	大腸がん検診	便潜血反応検査。40歳以上。300円。		
	肺がん検診 ※3	X線検査。40歳以上。400円。喀痰検査は実施していません。※4		

※1　どちらかを選んで受診してください。
※2　のど、鼻腔への局所麻酔以外の痛み止めや、鎮静薬は使用できません。
※3　65歳以上の人はいずれかを選んで受診してください。また、血痰のある人は検診の対象外です。速やかに医療機関を受診してください。
※4　50歳以上で、喫煙指数（1日の平均喫煙本数×喫煙継続年数）が600以上の人は、喀痰検査の対象となります。市内の協力医療機関で実施する肺がん検診を受診してください。

💻はこちら

▶新型コロナウイルス感染症の影響で掲載内容が中止・延期・変更になる場合があります
イベント等の開催の有無は市ホームページか各室課への問い合わせなどで確認してください

その他の検査・健診

HIV・性感染症検査
HIV、クラミジア、梅毒の検査ができます。匿名。診断書は発行しません。時月2回金曜日午前9時30分～11時30分。1人20分。結果説明は原則1週間後。所保健所。定各先着7人。申電話で地域保健課へ。

国保健康診査（特定健診）
身体測定、尿検査、血液検査など。対象者には、誕生月の前月末に受診票を送ります。誕生月かその翌月に受診できない場合や、昨年4月2日以降の加入者は国民健康保険課へ問い合わせてください。対40～74歳の吹田市国民健康保険加入者。国保以外の保険の加入者は、加入している健康保険の保険者へ問い合わせてください。問国民健康保険課。

在宅要介護者・児訪問歯科健診
年1回、自宅で歯科健康診査を行います。対要介護者・児で通院ができない人。申電話かファックスで吹田市歯科医師会（TEL6389・6881FAX6389・3387）へ。問保健センター。

相談

面談は予約制。時月～金曜日。祝・休日、年末年始は除く。

健康相談　育児、健康、食事、禁煙、生活習慣病の予防など。保健師などが電話や面談で相談に応じます。所保健センター、同センター南千里分館。問同センター。

こころの健康相談　統合失調症や気分障がい、アルコールや薬物、ギャンブルなどの依存症など。所保健所。問地域保健課。

医療相談　医療機関に関する相談や苦情などに応じます。所保健所。問保健医療室。

くらしの情報

口腔ケアセンターの催し
障がい者（児）のお口のケアとリハビリテーション　歯科医師による口腔の健康度チェックと口腔ケア指導。時3月24日(木)午後1時30分～3時30分。対会場へ来所できる障がい者（児）。難病や脳梗塞後遺症がある人も可。定先着10人。申2月1日(火)から◆と年齢を電話かファックスで同センターへ。

ドクターメモ　足のむくみ

むくみ（浮腫）とは、血液中の水分が血管の外に漏れ出して、皮膚の下の組織にたまった状態です。足のむくみ（下肢浮腫）には、心不全や腎臓病、甲状腺ホルモンの減少、低栄養、一部の高血圧治療薬の副作用などが原因で、左右対称に起きる全身性のものと、通常左右差がある局所性のものの2種類があります。局所性のものは、子宮がんや卵巣がん、前立腺がんなどの手術で足の付け根のリンパ節を取ることでリンパの流れが悪くなることによるリンパ浮腫、下肢の浅いところの血管が膨らむ下肢静脈瘤や深いところの静脈に血の固まりができる深部静脈血栓症で静脈の血の流れが悪くなることによる静脈性浮腫、脳卒中による麻痺や股関節・膝の変形などで活動性が低下することによる廃用性浮腫などがあります。

治療可能な病気が原因の場合は、投薬や手術などを受ければよくなります。最近はコロナ禍で外出することが少なくなり、家でソファーに座って一日中テレビを見たり、パソコンでゲームやインターネットをしたりすることが多くなった結果、静脈性浮腫となり、下肢浮腫がひどくなるケースも少なくありません。そんな場合は、膝から下に布団や枕を置いて足を高くして寝る、ふくらはぎを下から上に向かってマッサージをする、いすに座った状態で左右交互にかかとやつま先を上げ下げする、立って壁に向かって手を突きつま先立ちになるなどの運動をしてください。足首からふくらはぎを圧迫する弾性ストッキングや着圧ソックスを朝から晩まで着用するのも効果的です。

吹田市医師会　川田　雅俊