

大阪市国民健康保険ご加入の40～74歳の方

75歳以上の方へ

大阪府後期高齢者医療広域連合の健診が受けられます。
誕生日の翌月頃に案内が送付されます。

年に1度の**特定健診**で体のチェックをしませんか？

詳しくは
こちら



どんなことをするの？



問診・診察



尿検査



身体測定



血圧測定

かかる時間

約 **1** 時間

同様の検査を受けた時にかかる費用7,000円相当が

無料!!

※医師の判断で必要な方のみ、心電図・眼底・貧血の検査を行います。

メリット① 早期に発見できる



糖尿病・高血圧症・肥満をはじめとする、20以上もの病気の兆候やリスクがわかります。症状が出ずに進行する病気もあるため、この機会に体の状態をチェックしましょう！

メリット② 相談できる



生活習慣病リスクが高いと判断された方は、**特定保健指導が無料**で受けられます。医師・保健師・管理栄養士などがあなたの体をサポートします。

特定保健指導は**オンライン**で受けられる医療機関もあります

あなたは大丈夫？

その症状、**歯周病** かもしれません！

平成30年度 大阪市歯周病検診の結果

検診を受けられた方の**2人に1人**が**歯周病**と判定されています。

歯が抜ける一番の原因は**歯周病**なんだ



このような症状はありませんか？

- 口臭
- 歯ぐきがよく腫れる
- はみがきをすると出血する
- 歯ぐきが痩せてきた
- 歯と歯の隙間が空いてきた

該当する症状がある方は**定期的に歯科医療機関を受診**しましょう！



料金はなんと**無料(予定)!**

大阪市歯周病検診を受けてみませんか？

詳細は6面をご確認ください

詳しくはこちら



結核健診

無料 予約不要

詳しくはこちら



結核は過去の病気ではありません。現在も全国で約1万人が新たに結核と診断されている、日本で重大な感染症です。しかも、**大阪市の結核罹患率は全国の約2倍**。都道府県・政令指定都市の中で、罹患率ワースト1!誰でも結核になる可能性があります。

結核は空気感染し、進行すると他の人にうつす可能性があります。免疫力が低下すると発病の危険度が高まりますので、**特に高齢の方は症状が無くても、年1回の結核健診(胸のレントゲン検査)**を受けましょう。

内容 胸部エックス線撮影

日程 4/13(月)、5/18(月)、6/16(火)、7/29(水)、8/25(火)、9/11(金)、10/1(木)、11/20(金)、12/21(月)、翌年1/20(水)、2/19(金)、3/26(金)

時間 10:00～11:00

場所 区役所

対象 15歳以上の大阪市民

「咳・たんが2週間以上続く」「微熱」「倦怠感」など気になる症状がある場合は**早めに医療機関を受診**しましょう。

骨粗しょう症検診

無料 要予約

詳しくはこちら

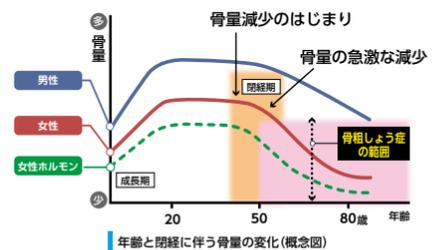


出産後・授乳中の方や閉経後の女性、65歳以上の方は特に骨が脆くなりやすいです。骨が脆くなると、ちょっとしたはずみで骨折しやすくなるので、**早期発見・早期治療**が大切です。**裸足で片足を機械に数分程度入れるだけの検査で、痛みなし!**
授乳中でも検査OK!
当日、検査結果が分かります。

内容 かかと部の超音波検査 日程 6面の「骨」欄参照

場所 区役所 対象 18歳以上の大阪市民

予約枠が埋まりやすいため**早めの予約がおすすめ!**



強い骨にするためのポイント

①**食事をバランスよく食べましょう**
カルシウム(骨をつくるために必要な栄養素)、ビタミンD(カルシウムの吸収を促進する栄養素)、ビタミンK(カルシウムを骨に取り込む栄養素)を食事に取り入れましょう!

②**外出しましょう**
日光を浴びることで体の中でビタミンDが作られます。天気の良い日にぜひ外に出て活動してみてください!