

健康

歯科医師と考えよう！今からできる
オーラルフレイル対策

介護予防はお口の健康から。歯科医師と考える
オーラルフレイル対策

と き 10月25日(土) 14：00～15：00
ところ 大阪市産業創造館 6階会議室E
対 象 大阪市内在住の方
講 師 一般社団法人 大阪市東歯科医師会
理事 林 宏和先生
費 用 無料 申込み 不要
定 員 80名
主 催 大阪市健康局
問合せ 一般社団法人
大阪市東歯科医師会
☎06-6231-5908



▲詳しく
はこちら

うつ病の家族教室

うつ病について正しい知識を学んで、ご本人への
接し方を考えたり、同じ悩みを持つ家族の方と
語り合ってみませんか。

対 象 大阪市内在住で、うつ病と診断されて
いる方のご家族
内 容 精神科医による講演、家族交流会
と き (1日目)11月8日(土) 14：00～16：30
(2日目)11月22日(土) 14：00～16：00
※2日間の教室です
ところ 大阪市こころの健康センター
大阪市都島区中野町5-15-21
(都島センタービル3階)
定 員 20名(先着順) 費 用 無料
申込み 10月22日(水)までに電話・窓口にて
問合せ 保健福祉課(地域保健活動)1階12番
☎06-6267-9968
FAX 06-6267-0998

健康ひろば

早く見つけるが勝ち！
骨粗しょう症検診を受けましょう

10月20日は世界骨粗しょう症デーです！

「骨粗しょう症」は、骨の密度が低下し、骨がも
ろくなって、骨折しやすくなる病気です。

特に閉経後の女性や高齢者に多くみられます。
早期発見と適切な治療、そして予防が大切です。

◆予防には、バランスの取れた
食事（カルシウムとビタミン
Dを積極的に摂取する）、過度
な飲酒や喫煙は避け、適度な
運動習慣を身につけることが
大切です。



骨粗しょう症検診は保健福祉セ
ンターで受診できます。(予約制)

大阪市骨粗し
ょう症検診▼



各種健診・がん検診

ところ・申込先 保健福祉センター(久太郎町1-2-27)
問合せ 保健福祉課(健康推進)1階11番 ☎06-6267-9882 FAX 06-6267-0998

【予約方法】電話・窓口・オンラインにて(定員になり次第受付終了)

※乳がん検診実施日で、保育ボランティア付検診をご希望の方は事前にご相談く
ださい。

※手話通訳者を希望される方は検診日の2週間前ま
でにお申し込みください。

オンライン予約はこちら
(事前登録が必要です)▶



内容	とき	対象	費用
結核健診 (予約不要)	10月16日(木) 10：00～11：00 11月7日(金) 10：00～11：00	15歳以上	無料
大腸がん検診 (キットを申し込んで ください)	(検体提出可能日) 11月29日(土) 9：30～10：50 令和8年1月10日(土) 9：30～10：50	40歳以上 ※喀痰(かくたん) 検査は50 歳以上で喫煙 指数600以上 の方	300円
肺がん検診 (要予約)	11月29日(土) 9：30～10：50 令和8年1月10日(土) 9：30～10：50		無料 ※喀痰(かくたん) 検 査は400円
乳がん検診 (マンモグラフィ検査) (要予約)	11月29日(土) 9：30～10：50 令和8年1月10日(土) 9：30～10：50	40歳以上の女性	1,500円
骨粗しょう症検診 (要予約)		18歳以上	無料
特定健診 (予約不要)	11月29日(土) 9：30～11：00 令和8年1月10日(土) 9：30～11：00	40歳以上の大阪 市国民健康保険 加入者 後期高齢者医療 保険制度加入者	無料
歯科健康相談 (予約不要)	11月29日(土) 9：30～10：30	どなたでも	無料

区役所での無料相談

対 象 市内在住の方

内容	日時・場所	申込み・問合せ
法律相談 【要電話予約】 定員各16組 30分／組	10月7・14・21・28日、 11月4日(火) 13：00～17：00 【相談室】	相談日1週間前（閉庁日の場合は その前の開庁日）の正午から相談 日当日の10：00までにAI電話に よる予約（24時間受付・先着順） ☎050-1808-6070

内容	日時・場所	申込み・問合せ
社会保険労務士相談 【当日窓口受付】 (受付は15：00まで) 定員9組 20分／組	10月8日(水) 13：00～16：00 【1階ロビー】	魅力推進課(区政企画) ☎06-6267-9683 FAX 06-6264-8283 ※1 行政書士相談は行政オンラ インシステムから予約でき ます。 (10月1～13日) ※2 受付開始までに来場され た方は相談順を抽選、以降先 着順
行政書士相談 【当日窓口受付※1】 (受付は15：00まで) 定員9組 20分／組	10月16日(木) 13：00～16：00 【1階ロビー】	
土地家屋調査士相談 【当日窓口受付※2】 (受付は15：00まで) 定員9組 20分／組	10月9日(木) 13：00～16：00 【相談室】	
司法書士相談 【当日窓口受付※2】 (受付は15：00まで) 定員9組 20分／組		
専門医による精神保健福 祉相談 【前日までに来所または 電話での予約】	10月3日、11月7日(金) 14：30～16：30 10月27日(月) 14：30～16：00	保健福祉課(地域保健活動) 1階12番 ☎06-6267-9968 FAX 06-6267-0998
人権相談【予約不要】 (適切なアドバイスを行 うほか、各種専門相談機 関をご案内します)	月～金 9：00～17：30 (祝日・年末年始を除く)	市民協働課(市民活動支援・教育) 5階53番 ☎06-6267-9743 FAX 06-6264-8283

その他の無料相談

相談内容	日時	場所	申込み・問合せ
日曜法律相談 【要電話予約】 定員各16組	10月26日(日) 13：00～17：00	中央区役所 (中央区久太 郎町1-2-27)	申 10月17日(金)12：00～26 日(日)10：00(先着順)AI電 話による予約受付 ☎050-1808-6070 問 総合コールセンター ☎06-4301-7285
外国人住民法 律相談 【要電話予約】 定員32組	10月15日(水) 17：00～20：00 11月5日(水) 13：00～16：00	大阪国際交流 センター (天王寺区上 本町8-2-6)	大阪国際交流センター (月～金 9：00～19：00 土日祝 9：00～17：30) 申 問 ☎06-6773-6533 (先着順)
ナイター法律 相談 【要予約】 定員32組	11月26日(水) 18：30～20：30	北 区 民 セ ン ター (北区扇町 2-1-27)	申 行政オンライン システムでの事 前予約(先着順) 10月10日(金) 12：00～ 11月25日(月)17：00 問 総合コールセンター ☎06-4301-7285

