



中央区役所ホームページ
大阪市中央区役所



中央区
公式X



大阪市
公式LINE



にぎわい
発見サイト
大阪中心



中央区
まちづくり
センター



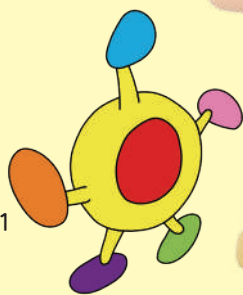
始めよう健康への 小さなイッポ! 体のチェック



健康寿命をのばして、
自分らしくいきいきと!

はじめのイッポとして特定健診・
がん検診に行きましょう!

すこやか大阪21
シンボルマーク
いっぽくん



中央区マスコット
キャラクター
ゆめまるくん

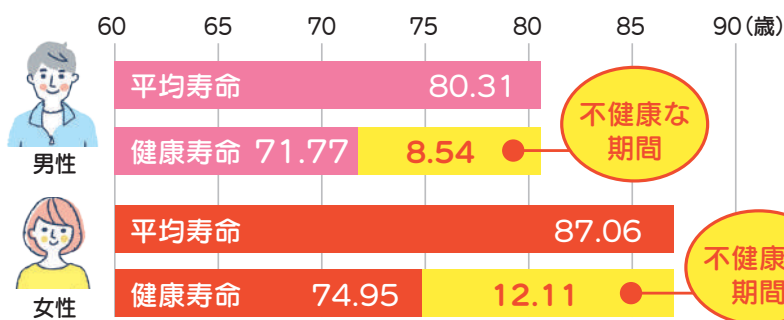


特定健診・がん検診は保健福祉センターまたは医療機関で
実施しています。(骨粗しょう症検診は保健福祉センターのみ)

医療機関について詳しくは
下記二次元コードへ

保健福祉センターの
日程について
詳しくは **3** 面へ!

平均寿命と健康寿命の差(不健康な期間)は?



出典:厚生労働省「令和6年12月24日 第4回健康日本21(第三次)推進専門委員会資料」

健康寿命とは

自分で身の回りのことができ、元気に毎日を過ごせる期間のこと。健康寿命が長い
ほど、趣味や外出などを楽しみながら、自分らしい生活を続けることができます。

不健康な期間を
短くするために、
まずは体の
チェックをしよう!



死亡原因の第1位は?(大阪市)

男女
ともに **がん**

生涯で2人に1人は
がんになると
言われています。

1位 **肺がん**



2位 **大腸がん**



がん検診



介護が必要になる原因の第1位は?(大阪市)

男性 **脳卒中**

女性 **骨折・転倒**

特定健診



骨粗しょう症
検診



「健康づくりひろげる講座」や
「パンジーの会」で、
仲間と一緒に健康づくり
について学びませんか?

詳しくは
2 面へ!



副首都・大阪にふさわしい大都市制度協議会ってなあに?

詳しくは **5** 面へ▶

「広報ちゅうおう」は毎月1日～5日(1月と5月は6日まで)の5日間にお届けします。届かない場合はご連絡ください。

連絡先 近畿ポスティング協同組合 ☎ 0120-075-505 ☎ 06-6736-5594 ✉ info@kinki-posting.com [問合せ時間] 10:00～17:00(土・日・祝を除く)