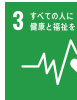


すこやかに暮らすために

健康



朝ごはんは
しっかり、おいしく
食べようね!



健康

朝ごはんをたべよう! ~9月は「大阪市朝食普及月間」です~

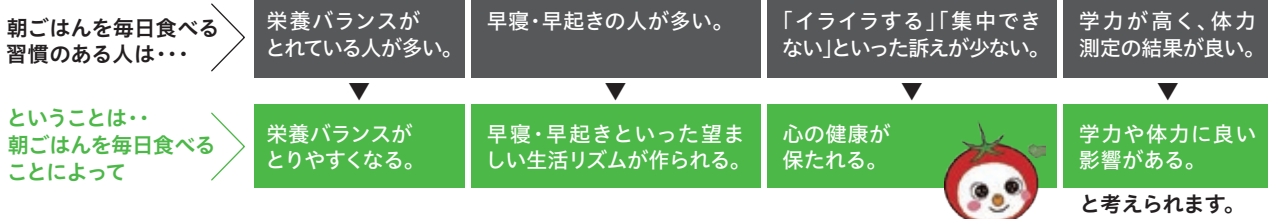
毎日朝ごはんを食べる習慣を身につけ、生活リズムを整えましょう。
毎日朝ごはんを食べると、どんないいことがあるのでしょうか?
農林水産省がとりまとめた研究結果によると、次のことが報告されています。

朝ごはん食べよ

大阪市食育推進
キャラクター「たべやん」



【参考：農林水産省作成「食育ってどんないいことがあるの?」】



また、一日のスタートである朝ごはんを家族と一緒に食べることにより、豊かな心を育てるコミュニケーションを図ることができます。心と体の健康を保つためにも、9月の朝食普及月間をきっかけに、毎日朝ごはんを食べる習慣を身につけましょう!

問合せ：保健福祉課(保健) ☎6930-9882 FAX 050-3535-8689



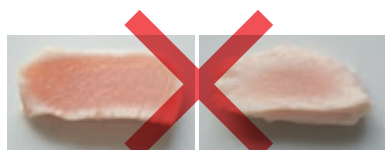
◀こちらをご覧ください
市ホームページ
朝ごはんを食べよう!

鶏肉は「新鮮だから生でも安全」ではありません

鶏のさしみ、鶏のタタキなどの生や加熱不足の鶏肉料理によるカンピロバクター食中毒が多く発生しています。お肉を調理するときは中心部の色が完全に変わるまで加熱して、おいしく安全に食べましょう。



よく焼けた鶏肉



加熱不十分の鶏肉

問合せ：保健福祉課(生活環境)
☎6930-9973 FAX 050-3535-8689

9月24日~30日は結核予防週間です

結核は、決して過去の病気ではありません。

年に一度は結核健診を受けましょう。
「2週間以上、せきやタンがとまらない」「微熱がある」などの症状が続く場合は、早めにお近くの医療機関を受診してください。

問合せ：大阪市保健所感染症対策課(結核)
☎6647-0653 FAX 6647-1029



妊婦歯科検診

申込要

無 料

と き：10月13日(金)(出産予定月が令和6年1月の方)
11月10日(金)(出産予定月が令和6年2月の方)
12月8日(金)(出産予定月が令和6年3月の方)
いずれも14:30~

ところ：保健福祉センター2階 22番窓口

定 員：各回6名(先着順)

申込み：問合せ先まで電話にて

問合せ：保健福祉課(保健活動)

☎6930-9968 FAX 050-3535-8689

イオンモール鶴見緑地で乳がん検診(マンモグラフィ)開催

申込要

有 料

と き：10月15日(日)
10:00~13:00、13:30~16:30

ところ：イオンモール鶴見緑地 1階グリーンコート
(鶴見区鶴見4-17-1)

対 象：大阪市内在住の40歳以上(令和6年3月末時点)となる女性(前年度未受診の方)
※ご加入の保険や勤務先等で同等の検診を受診する機会がある方などは対象外

定 員：各回30名(先着順) 費 用：1,500円

申込み・問合せ：大阪市がん検診専用電話(平日9:00~17:00)

☎6208-8250 FAX 6202-6967

予防接種・結核健診・各種がん検診等の日程

大腸・肺がん検診

申込要

と き：9月7日(木)、19日(火)、11月10日(金)、
令和6年1月8日(月・祝)、12日(金)
いずれも9:30~10:50
10月8日(日)13:30~14:50

対 象：40歳以上の市民の方(条件あり)

費用：有 料 大腸がん:300円
無 料 肺がん(エックス線)
(条件により、かくたん検査:400円)

※市ホームページから予約していただくか、
問合せ先までお電話にて予約してください。



歯科相談

申込不要

無 料

と き：9月7日(木)、19日(火)、11月10日(金)
いずれも9:30~10:50
10月30日(月)13:30~14:50

対 象：市民の方

●BCG接種は4月から、市内の個別取扱医療機関のみでの接種となりました。直接、実施状況を確認のうえ、個別取扱医療機関に予約してください。
費用は無料です。



取扱医療機関はこちら▲

●がん検診(骨粗しょう症検診を除く)を希望される方は、区内の取扱医療機関においても受診することができます。取扱医療機関に直接、電話にて実施状況を確認のうえ、予約可能であれば、必ず「大阪市が実施しているがん検診」と申し出のうえご予約ください。区内の取扱医療機関は、区ホームページでご覧いただけます。



ところ：区役所2階 保健福祉センター 申込み・問合せ：保健福祉課(保健) ☎6930-9882 FAX 050-3535-8689

40歳になったら特定健康診査を受けましょう

申込不要

無 料

と き：9月7日(木)、19日(火)、28日(木)、10月8日(日)、11月10日(金) いずれも9:30~11:00
ところ：区役所2階 保健福祉センター 対 象：大阪市民国民健康保険加入者(40歳以上)
後期高齢者医療保険加入者
内 容：血液検査・検尿・身体測定・血圧測定等

※受診券と保険証を必ずご持参ください。※がん検診を同日に予約されている方は、先にごがん検診の受診をお願いします。

受診券については▶

大阪市国民健康保険加入者：窓口サービス課(保険年金：保険) ☎6930-9956 FAX 050-3535-8687
後期高齢者医療保険加入者：大阪府後期高齢者医療広域連合給付課 ☎4790-2031 FAX 4790-2030

受診内容等については▶ 保健福祉課(保健) ☎6930-9882 FAX 050-3535-8689

乳幼児健診のお知らせ

申込不要

無 料

	実施日	対 象 者
3か月児健診	9月11日(月)	令和5年5月8日~22日生
	10月 2日(月)	令和5年5月23日~6月7日生
	10月16日(月)	令和5年6月8日~22日生
1歳6か月児健診	9月20日(水)	令和4年2月21日~3月9日生
	10月 4日(水)	令和4年3月10日~27日生
	10月18日(水)	令和4年3月28日~4月11日生

	実施日	対 象 者
3歳児健診	9月15日(金)	令和2年4月4日~21日生
	10月 6日(金)	令和2年4月22日~5月2日生
	10月20日(金)	令和2年5月3日~13日生

対象者が変更になることがあります。
各健診の対象者の方には事前に(2週間前までに)ご案内します。

問合せ：保健福祉課(保健)
☎6930-9882 FAX 050-3535-8689