健（検）診などのお知らせ

場所 区役所2階
問合 保健福祉課（運営）2階24番 ☎6464-9882 FAX6462-4854

健（検）診名	実施日・受付時間	対象	内容	費用
妊婦歯科健診 要予約	11月13日（月）、12月11日（月） 13:10～13:50 ※実施日の正午までに予約	妊娠中期（5～7か月頃）の市民 ※母子手帳持参	歯科健診	無料
結核健診 予約不要	11月22日（水）、12月19日（火） 10:00～11:00	学校や職場で健診機会のない15歳以上の市民	胸部エックス線撮影	無料
大腸がん検診（注1・2） 要予約	11月23日（木・祝） 9:30～10:30 ※実施日の14日前までに予約（先着順）	昭和59年3月31日以前生まれの市民 ※年度内に1回受診	免疫学的便潜血反応検査（2日法）	300円
肺がん検診（注1・2） 要予約		昭和59年3月31日以前生まれの市民 ※年度内に1回受診	胸部エックス線撮影	無料
		昭和49年3月31日以前生まれの市民で喫煙指数（1日のタバコ喫煙本数×タバコを吸った年数）が600以上の市民 ※年度内に1回受診	胸部エックス線撮影に加え、喀痰検査（たんの検査）	400円
乳がん検診（マンモグラフィ）（注1・2） 要予約		昭和59年3月31日以前生まれの市民 ※2年度に1回受診	マンモグラフィ検査	1,500円
骨粗しょう症検診（注2） 要予約		平成18年3月31日以前生まれの市民 ※年度内に1回受診	しょう骨（かかとの骨）の超音波測定	無料
大阪市国民健康保険特定健康診査（注1・2） 予約不要	11月7日（火）・23日（木・祝） 9:30～11:00	40歳以上の大阪市国民健康保険、後期高齢者医療保険加入者 ※受診券・被保険者証持参	身体測定・尿検査・血圧測定・血液検査等	無料

特定健康診査受診券・資格等について 問合 窓口サービス課（保険年金・保険）1階17番 ☎6464-9956
後期高齢者医療保険の受診券等について 問合 大阪府後期高齢者医療広域連合 ☎4790-2031

ホームページはこちら

（注1）実施日以外でも、取扱医療機関に直接申し込んで受診可能。（注2）勤務先などで同程度の健（検）診が受けられる方は対象外。
●予約時点で既に定員に達している場合があります。 ●乳幼児健診・各種検診は、対象者へ個別に送付する案内をご確認ください。
●場所は区役所2階です。特定健康診査は6階になる場合があります。 ●気象状況により、中止になる場合があります。

11月の市民相談 無料

福島区役所での相談		申込・問合等	予約の有無	場所
法律相談（弁護士）	日時 11月7日・14日・21日・28日、12月5日（全て火曜） 13:00～17:00	**★11月21日より申込方法及び予約受付期間が変わります。** 予約受付日時 11月7日・14日分（当日9:00から電話予約） 予約 **企画総務課（企画推進）☎6464-9683** 予約受付日時 11月21日・28日、12月5日分 （相談日の1週間前の正午～前日17:00） （例）11月21日相談の予約受付は、11月14日正午から11月20日17:00まで 予約専用電話 **☎050-1808-6070（24時間AIが自動案内対応）** 定員 各日先着8名 問合 **企画総務課（企画推進）4階42番 ☎6464-9683 FAX6462-0792**	要予約 1人30分（入替時間含）	区役所4階相談室
法律相談（司法書士）	日時 11月8日（水） 13:00～16:00	当日9:00～15:00電話予約 定員 先着6名 問合・予約 **大阪司法書士会西支部 ☎080-4235-5489（当日のみ）**		
不動産相談	日時 11月17日（金） 13:00～16:00 （受付15:30まで）	相談日前日までの土・日・祝を除く10:00～15:30電話予約 定員 先着6名 問合・予約 **全日本不動産協会大阪府本部 北支部 ☎6373-1511**		
ごみ相談	日時 11月16日（木） 10:00～12:00	問合 **西北環境事業センター ☎6477-1621** ※子ども服等リユース・フードドライブ（保存食品の寄付受付）も実施	予約不要	1階ロビー相談ブース
高齢者・障がい児・者相談	日時 11月24日（金） 10:30～13:00	相談員 福島区地域自立支援協議会、他 問合 **保健福祉課（地域福祉）2階21番 ☎6464-9857**		

日曜法律相談 要予約

日時 11月26日（日）13:00～17:00
場所 東淀川区役所（東淀川区豊新2-1-4） 定員 16組
予約受付日時 11月17日（金）12:00～25日（土）17:00
予約専用電話 050-1807-2537
（24時間AIが自動案内対応）

ナイター法律相談 要予約

日時 11月13日（月）18:30～21:00
場所 中央区民センター（中央区久太郎町1-2-27） 定員 32組
予約受付日時 10月10日（火）12:00～11月12日（日）17:00
※オンライン予約で定員に満たない場合は、相談日の午後6時時点で来場している相談希望者で抽選を行います（午後6時受付終了）。

申込はこちら

問合 **大阪市総合コールセンター「なにわコール」☎4301-7285 FAX6373-3302（8:00～21:00 年中無休）**

広報ふくしま　全戸配布しています
配布事業者が5日間かけて区内の全世帯・事業所にお届けします。届いていない場合等はご連絡ください。
問合 読売中央販売株式会社 ☎6315-5751 FAX6312-1266

健康講座等のお知らせ

生涯骨太クッキング 要予約

日本人に不足しがちなカルシウムたっぷりのメニューで調理実習をします。おいしくバランスのよい献立で生涯骨太をめざしましょう！
日時 12月8日（金）10:00～13:00
場所 福島区役所2階 栄養講習室
内容 栄養士のお話「骨粗しょう症予防の食事」、調理実習・試食
対象 区内在住の方 定員 12名（先着順）
費用 材料費500円（当日徴収）
申込 11月10日（金）～12月1日（金）電話・窓口にて
持物 エプロン、三角巾、マスク、タオル、飲み物
共催 福島区食生活改善推進員協議会
問合 保健福祉課（運営）2階24番 ☎6464-9882

～産後の身体を大切に～ 美ママ講座 無料 要予約

お子さんと一緒に身体を動かしましょう！
日時 12月4日（月）10:00～11:30
場所 福島区役所 6階会議室
内容 産後の健康・体操、赤ちゃんとの遊び方など
対象 令和5年1月17日～7月16日生まれのお子さんとママ**（区内在住）**
定員 35組程度（先着順）
持物 動きやすい服装・飲み物・タオルなど（お子さんはオムツ、バスタオルなど）
申込 11月10日（金）～24日（金）
電話・窓口・FAXにて
※年間を通じて参加できるのは1回です。
問合 保健福祉課（保健活動）2階23番
☎6464-9968 FAX6462-4854

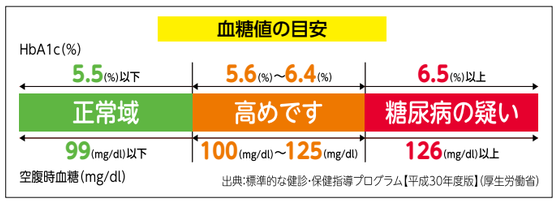
詳しくはこちら

教えて、フッピィ先生！

保健福祉センターからのプチ情報

11月12日～18日は糖尿病啓発週間です。

糖尿病は、血糖値を調整してくれるインスリンの量が不足したり、働きが低下したりすることで、血糖値が高い状態が続く病気です。



高血糖は体への負担が大きく、合併症を引き起こします。糖尿病の合併症は、自覚症状がない時から徐々に進行します。

合併症は「しめじにえのき」と覚えましょう！
- し 神経障害
- め 糖尿病性網膜症
- じ 糖尿病性腎症
- に 認知症
- え 壊疽（えそ）
- の 脳血管疾患
- き 虚血性心疾患

神経障害、網膜症、腎症は3大合併症と言われています。

身体の状態を知るため、健診を受けましょう！大阪市では、国民健康保険被保険者を対象に特定健診を実施しています。

詳しくはこちら

問合 保健福祉課（保健活動）2階23番 ☎6464-9968 FAX6462-4854

図書館ニュース

●ま～るま～るの冬のおたのしみ会 無料 要申込

12月はクリスマススペシャル！
日時 12月14日（木）11:00～11:40
場所 福島区民センター 3階会議室
対象 乳児・幼児と保護者
定員 15組（先着順）
申込 11月29日（水）～電話・来館にて

●図書・パネル展示「認知症とともに －いま知りたい、認知症のこと－」

認知症の人にどう寄り添ったらよいかなど、わかりやすくパネルで紹介。関連図書の貸出もあります。
期間 11月1日（水）～12月28日（木）

●ケース展示「自然史博物館出張展示 生き物の毒」

この春、市立自然史博物館で人気を呼んだ特別展「毒」の出張ミニ展示です。
期間 11月17日（金）～12月19日（火）

移動図書館 まちかど号
日時 11月10日（金）10:00～10:40
場所 鷺洲第2団地2号棟玄関前（鷺洲3-1）
問合 大阪市立図書館 自動車文庫
☎6539-3305 FAX6539-3336

問合 **福島図書館（吉野3-17-23）☎6468-2336 FAX6468-5191**
開館 火～金10:00～19:00、土・日・祝10:00～17:00
休館 月曜日・第3木曜日（祝日は開館）

広報ふくしま（11月号）は55,400部発行し、1部あたりの発行単価（配布費用を含む）は約26.6円です。
（そのうち約4.5円を広告収入で賄っています）