

健(検)診などのお知らせ

場所 区役所2階(特定健康診査は6階)
 問合せ 保健福祉課(運営)2階24番 ☎6464-9882 FAX 6462-4854

| 健(検)診名 | 実施日・受付時間 | 対象 | 費用 |
|---|------------------------------------|---|--------|
| 妊婦歯科健診 <small>予約不要</small> | 11月11日(月)、12月9日(月) 13:10~13:50 | 妊娠している市民 ※母子手帳持参 | 無料 |
| 結核健診 <small>予約不要</small> | 11月14日(木)、12月17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 | 無料 |
| 大腸がん検診(注1・2) <small>検査キット要事前申込</small> | 12月14日(土) 13:30~15:00 | 40歳以上の市民 | 300円 |
| 肺がん検診(注1・2) <small>要予約</small> | | 【胸部X線検査】40歳以上の市民 | 無料 |
| 乳がん検診(マンモグラフィ)(注1・2) <small>要予約</small> | | 【胸部X線検査+喀痰検査】 50歳以上で喫煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)が600以上の市民 | 400円 |
| 骨粗しょう症検診(注2) <small>要予約</small> | | 40歳以上の市民(2年度に1回受診) | 1,500円 |
| 骨粗しょう症検診(注2) <small>要予約</small> | | 18歳以上の市民 | 無料 |
| 大阪市国民健康保険 特定健康診査(注1・2) <small>予約不要</small> | 11月8日(金)・12月14日(土) 13:30~15:00 | 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・個人票(国民健康保険加入者)・被保険者証持参 | 無料 |

特定健康診査受診券・資格等について 問合せ 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 問合せ 大阪府後期高齢者医療広域連合 ☎4790-2031

がん検診等 予約はこちら 

予約 大阪市行政オンラインシステム・電話・FAXにて
 (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。
 ●がん検診等の予約締切日は、実施日の14日前です。 ●予約時点で既に定員に達している場合があります。
 ●気象状況により、中止になる場合があります。

おしえて! フッピー先生 11月 “様々な感染症から、自分や周りの大切な人を守りましょう!”

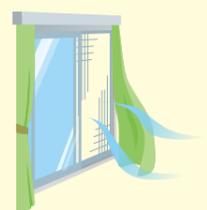
今年2月にインフルエンザが警報レベルで流行し、5月には大阪府内で麻疹(はしか)の患者が発生、8月には新型コロナウイルス感染症やマイコプラズマ肺炎が流行しました。また、症状進行の速さや致死率の高さから“人食いバクテリア”と恐れられている劇症型溶血性

レンサ球菌感染症が、府内で過去最多の報告数となっています。これからの寒い季節は感染性胃腸炎などにも注意が必要です。感染症予防に大切なことを、今一度再確認しましょう。

●ウイルスに感染する機会を減らしましょう
 ・手洗い、うがい
 ・人ごみを避ける
 ・人の多い場所ではマスクをつける



●ウイルスに負けないように体調や環境を整えましょう
 ・規則正しい生活
 ・室温約20℃、湿度約50~60%
 ・1時間に1回窓を開けて空気を入れ替える



●予防接種を受けましょう
 ・麻疹、インフルエンザ感染症などの重症化を予防できる感染症のワクチン接種を検討する



※多くの人が接種を受け、免疫を獲得することで感染拡大の予防につながります。

●手足等に傷がある時は、傷口を清潔に保ちましょう
 ・けがなどで手足に傷ができた場合は、流水や消毒等で清潔に保つ
 ・四肢の疼痛、腫脹、発熱などの感染兆候が見られる場合は、速やかに医療機関を受診する



問合せ 保健福祉課(保健活動)2階23番 ☎6464-9968 FAX 6462-4854

健康講座等のお知らせ

問合せ 1 保健福祉課(運営)2階24番 ☎6464-9882 FAX 6462-4854
 2 保健福祉課(保健活動)2階23番 ☎6464-9968 FAX 6462-4854

生涯骨太クッキング ① 要申込

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6日(金)10:00~12:30
場所 区役所2階 栄養指導室
対象 区内在住の方
定員 12名(初めての方優先)
 ※申込多数の場合は抽選
費用 500円(材料費)
持物 エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル、飲みもの
申込 11月6日(水)~11月29日(金) 電話または窓口にて
共催 福島区食生活改善推進員協議会 ふじの会

詳しくはこちら



大腸がんの診断と治療 ① 無料 要申込

大腸がんは男女とも死因の上位を占め、特に臓器別にみた女性の死因で最も多いがんです。大腸がんは進行するまで無症状である一方、早期に発見すれば、致命的になることは少なく、検診や内視鏡検査を受けることは、大腸がんによる死亡を防ぐ大きな助けになります。ぜひこの機会に大腸がんについて学んでみませんか?
日時 12月2日(月)14:00~15:30
場所 区役所6階 会議室
対象 大阪市民の方が対象
講師 JCHO大阪病院 消化器内科 山本 克己(内視鏡センター長) 他
定員 50名(先着順)
申込 11月6日(水)~ 電話または窓口にて

詳しくはこちら



美ママ講座 ② 無料 要申込

~産後の身体を大切に~
日時 12月16日(月)10:00~11:40
場所 区役所6階会議室
内容 ・産後の健康について
 ・意外と知らない赤ちゃんとの遊び方
 ・ゆがんだ骨盤を整えよう!
 ・赤ちゃんと一緒にできる産後の体操
対象 令和6年1月17日~7月16日生まれのお子さんとママ(区内在住の方)
定員 35組(先着順)
持物 <ママ>飲み物・汗拭きタオル <こども>オムツ・飲み物・バスタオル等
 ※持物には名前を記入してください。
 ※動きやすい服装でお越しください。
申込 12月9日(月)までに電話・窓口・FAXにて
 ※今回の講座から対象月齢内であれば2回目の参加も可能(初めての方優先)。

詳しくはこちら



図書館News

●えほんのじかん
 絵本の読み聞かせ会です。
日時 11月13日(水)・27日(水) 15:00~15:20
 11月16日(土)15:00~15:30
場所 図書館絵本コーナー
 ●ま〜るま〜るのおたのしみかい
 乳幼児向けのおたのしみ会です。
日時 12月5日(木)11:00~11:40
場所 区民センター3階会議室
定員 35人(先着順)
申込 11月17日(日)~ 電話または来館にて
問合せ 福島図書館(吉野3-17-23) ☎6468-2336 FAX 6468-5191
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)



●市立図書館臨時休館(全館)のお知らせ
 大阪市立図書館は、ネットワークシステム更新のため、12月16日(月)から令和7年1月16日(木)まで(中央図書館のみ1月15日(水)まで)臨時休館いたします。自動車文庫も運休期間があります。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

移動図書館 まちかど号
日時 11月8日(金)10:00~10:40
場所 鷺洲第2団地2号棟 玄関前(鷺洲3-1)
問合せ 大阪市立図書館 自動車文庫 ☎6539-3305 FAX 6539-3336

令和6年 第3回 福島区歴史研究会セミナー **無料**
 「日本人の心を語る講談の世界 -生講談を楽しみ・学ぶ-」
日時 11月29日(金)14:00~16:00 (開場13:30)
場所 区役所6階会議室
講師 天神堂 甲梅(講談師)
定員 100人(先着順)
共催 福島図書館・福島区役所
問合せ 福島区歴史研究会 水谷 ☎090-1155-2092