

# 10月は市民健康月間

令和元年度

入場無料 申込不要

## 東住吉区みんなの健康展を開催します。

アンケートにご協力いただきました方(おとな)先着300名様に健康啓発グッズとヤクルトをプレゼント!



**日時** 10月5日(土) 13:00~15:00

**場所** メイン会場・区役所3階

結核健診：2階エックス線室

整理券配布の体験コーナー：1階検診室



※「体脂肪測定」「ハンドマッサージ」「肌年齢チェック」の整理券は、当日12:30頃から区役所3階区民ホール前で配布します。また、整理券はお一人様いづれ一枚をお選びいただけます。  
 ※同日開催の「8020イキイキ人生表彰式」は12:20からの開催となります。  
 ※11:00時点で暴風警報もしくは特別警戒警報が発令されている場合は中止となります。

### 内容

**舞台** 「ふれあい体操」「日本列島ドッコイショ」「あしたも笑顔」(体操)

**相談** 認知症相談医による医療相談 / 歯科医による歯科相談 / 在宅訪問歯科治療相談 / 薬剤師によるお薬なんでも相談

**健診** 結核健診 ※がん検診の予約受付も行います

**測定** 糖尿病血液検査(先着30名) / 体脂肪測定(先着40名・整理券必要) / 体力測定(握力・長座体前屈ほか) / みそ汁塩分量測定(50ml程度をご持参ください)

**体験** 「認知症アプリ」による簡単な認知症チェック / 指先を使って脳トレ / サイドカーや杖などの歩くための便利グッズの体験 / ハンドマッサージ(先着40名・整理券必要) / 肌年齢チェック(先着40名・整理券必要) / 手洗いチェック / だしの試飲 / カルシウム摂取量チェック(食事診断)

**上映** 劇団メンちゃんズの公演DVD上映 / 百歳体操DVD上映・実演



問合せ 保健福祉課(健診)1階13番 ☎06-4399-9882

## もっと知ってほしい! ~がん検診のススメ~

「自分はがんにならない」、「症状も何もないから大丈夫!」なんて思っていないですか? 「がん」は他人事ではありません! また、がんは初期の段階では自覚症状がほとんどなく、症状が出たときにはがんが進行していることがあるのです。

### がん検診の目的って何?

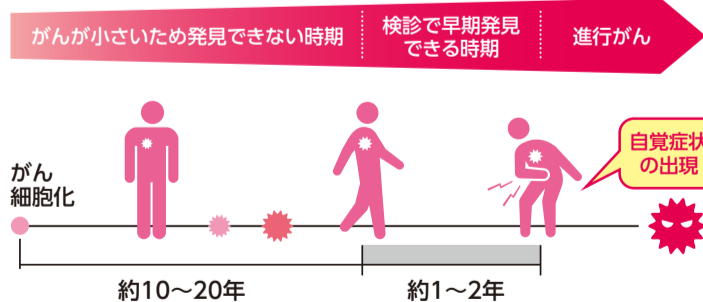
がんを早期に発見し、適切な治療を行うことでがんによる死亡を減少させることです。

### 以前受けたことがあるから大丈夫!?

早期がんで見逃しできる期間は自覚症状が出るまでの1~2年の間だけ。だから**毎年(または2年に1回)の検診が必要**なのです。

### ■がん進行のイメージ

約1~2年だけ!!



※がんの進行イメージです。がんの種類及び年齢を含めて個人差があります。

### 市のがん検診は費用が安価だけど、効果がある?

がん検診の種類や検査方法は、がんによる死亡を減少させる効果があると**科学的に立証された内容に基づいています**。また、大阪市では各種がん検診に補助をしていることから検診にかかる自己負担が少なく済むのです。

例えば、胃がん、大腸がん、肺がんをセットで受診すると…  
**通常費用 23,000円が、なんと! 800円で受診できます!**  
 ※胃部エックス線検査を保健福祉センターで受けた場合

**👉がん検診の内容等は4面をチェック!!**

### ▶ 特定健診はお済みですか? 予約不要

健診受付時間 9:30~11:00

生活習慣病はがんの原因にもなります。40歳以上の国民健康保険ご加入の方、後期高齢者医療保険にご加入の方で今年度未受診の方はお早めに!

実施日	実施場所
10月14日(月)	
11月15日(金)	区役所3階会議室
12月1日(日)	
1月13日(月)	区役所1階検診室(※)
1月23日(木)	区役所3階会議室
2月7日(金)	

※1月13日(月・祝)は成人式のため、実施場所が異なります。

**がん検診、特定健診は東住吉区保健福祉センターの他、大阪市内の取扱医療機関でも受診できます!**

検索はこちら▶



問合せ 保健福祉課(健診)1階13番 ☎06-4399-9882