

# 健康情報

- 各がん検診・特定健康診査は取扱医療機関でも受診できます。今年度の受診機会を逃さないためにも医療機関での受診をお勧めします。
- 保健福祉センターでの胃がん検診は令和3年度より廃止となります。胃がん検診は取扱医療機関で受診してください。(詳細は5面をご覧ください)

大阪市  
がん検診等の一覧▶



特定健診▶



## ●各種健診(検診)

検診名	日時	対象者	料金	場所	予約
大腸がん検診	5月6日(木)・28日(金)9:30~10:30	40歳以上の方	300円	検診室 (区役所1階)	<p><b>予約要(抽せん)</b></p> <p>申込期間/3月9日(木)~3月15日(月) 9:00~17:30(土・日・祝は除く)</p> <p>申込方法/電話、来庁、行政オンラインシステム ▶ 電話06-4399-9882 ▶ 来庁:保健福祉課(健診)1階13番 ▶ 行政オンラインシステム 行政オンラインシステムは事前登録が必要です。オンライン申込をされた方には申込承認メールを送付後に抽せん番号をお知らせします。</p> <p>抽せん/3月18日(水)に実施し、結果は3月19日(木)に区等でお知らせします。</p>
肺がん検診			無料		
乳がん検診 (マンモグラフィ検査)	4月22日(木) 9:30~10:30 ※保育ボランティア(就学前のお子さん対象)を配置できます。必ず予約時にお申し出ください。	40歳以上の女性	1,500円	検診室 (区役所1階)	<p><b>予約不要</b></p>
	5月17日(金) 9:30~10:30 28日(金) 13:30~14:30				
	5月22日(土) 9:30~10:30				
骨粗しょう症検診	4月22日(木)、5月17日(金)9:30~10:30 5月28日(金)13:30~14:30	18歳以上の方	無料	検診室 (区役所1階)	<p><b>予約不要</b></p>
結核健診 (胸部エックス線撮影)	3月29日(月)10:00~11:00	職場や学校等で受診する機会がない15歳以上の方	無料	エックス線室 (区役所2階)	<p><b>予約不要</b></p>

令和3年度の各がん検診・特定健康診査の申込みは5~7面をご覧ください。



## ●特定健康診査

日時	対象者	料金	場所
3月6日(土) 9:30~11:00受付 <b>予約不要</b>	大阪市国民健康保険(40歳以上)または、後期高齢者医療保険に加入されている方 【持物】受診券、被保険者証、特定健康診査個人票	無料	区役所3階 会議室

- がん検診・特定健康診査では手話通訳を配置できる場合があります。**事前申込必要**
- 各種検診は、台風等で中止になることがあります。
- 料金免除の制度があります。詳しくはお問合せください。
- 結核検診の結果は、精密検査が必要な方のみご連絡します。



問合せ 保健福祉課(健診)1階13番 ☎06-4399-9882

## 特定健診の受診はお早めに!

大阪市国民健康保険では、40歳以上の方(年度内に40歳になる方を含む)を対象に、高血圧症や糖尿病などの生活習慣病の発症や重症化を予防するために無料で受診できる特定健診を実施しています。対象の方には、緑色の封筒で「受診券」を送付しています。令和2年度の受診券の有効期限は3月末となっていますので、それまでに受診をお願いします。

### 問合せ

- 特定健診受診券に関すること  
窓口サービス課(保険年金)2階25番 ☎06-4399-9956 FAX06-4399-9947
- 健診内容・健診場所について  
保健福祉課(健診)1階13番 ☎06-4399-9882 FAX06-6629-1265



## 犬や猫を正しく飼いましょう!

犬・猫が多くの人々に愛され人間社会で共生できるように、適正飼養に努めましょう。

### 犬を飼うにあたって

- 犬の登録(生涯に1回)・狂犬病予防注射(毎年1回)の接種は必ずうけましょう。
- トイレトレーニングをすませましょう。(ふん・尿の後始末は飼い主の責任です)
- 放し飼いはやめましょう。
- 吠え癖がつかないようにしつけましょう。
- リードを外さず散歩をしましょう。



### 猫を飼うにあたって

- 室内で飼いましょう。

### 「街ねこ」活動

野良猫にエサを与えるのであれば、地域住民の理解を得たうえで、不妊・去勢手術の実施やエサの片づけ、ふん・尿の後始末をするなど、周りに迷惑をかけないよう責任をもって適切に世話をしましょう。大阪市では、地域の合意と協力のもと、その地域に住む地域猫の不妊去勢手術を行い、一代限りの猫として地域の皆さんが主体となって適正に管理していく「街ねこ」活動のお手伝いをしています。

問合せ 保健福祉課(生活環境)1階15番 ☎06-4399-9973

## 3月の旬のレシピ

## にらとカニカマのあえもの

区食生活改善推進員協議会  
担当:今川校区

栄養価(1人分)  
エネルギー 45kcal  
食塩相当量 0.8g



### 材料(4人分)

- かに風味かまぼこ.....8本(70g)
- もやし.....1/2袋(125g)
- にら.....1/2袋(50g)
- A 酢.....大さじ2
- 砂糖.....大さじ1
- 塩.....小さじ1/4
- 白ごま.....小さじ1
- ごま油.....小さじ1

### 作り方

- ①かに風味かまぼこはさいておく。
  - ②もやし、にらはゆでて水にとり、水気をしぼって3cmに切っておく。
  - ③ボウルにAをあわせ、①、②を加え混ぜ、白ごまとごま油を加える。
- ※かに風味かまぼこの代わりにちくわでもよい

問合せ 保健福祉課(健診)1階13番  
☎06-4399-9882

広告

