

健康情報



各種検診のお知らせ ●各種検診・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。

検診名	対象者	料金	とき	ところ	予約
大腸がん検診	40歳以上の方	300円	9月22日(金) 9:30~10:30	検診室 (区役所1階)	要予約(抽選) ■申込期間：7月11日(火)から7月18日(火) 9:00~17:30(電話、来庁は(土)日(祝)除く) ■申込方法：電話、来庁、大阪市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 大阪市行政オンラインシステムは事前登録が必要です。申込受付メール送付後に抽せん番号をお知らせします。 ■抽せん：7月19日(水)に抽せんを実施し、7月21日(金)にHP等でお知らせします。
肺がん検診	40歳以上の方	無料	9月22日(金) 9:30~10:30	検診室 (区役所1階)	
乳がん検診 (マンモグラフィ検査)	40歳以上の女性	1,500円	9月22日(金) 18:30~19:30	検診室 (区役所1階)	
骨粗しょう症検診	18歳以上の方	無料	9月22日(金) 18:30~19:30	検診室 (区役所1階)	
結核検診 (胸部エックス線撮影)	職場や学校等で受診する機会がない15歳以上の方	無料	7月31日(月) 10:00~11:00	エックス線室 (区役所2階)	
歯科健康相談	年齢は問いません	無料	7月20日(木) 9:30~10:30	検診室 (区役所1階)	予約不要

- 各種検診・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)
- 各種健診(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。
- 結核健診の結果は、精密検査が必要な方の方にのみご連絡します。

問合せ 保健福祉課(健診) 1階13番
TEL 06-4399-9882



特定健康診査(高血圧症や糖尿病などの生活習慣病予防)

無料 予約不要

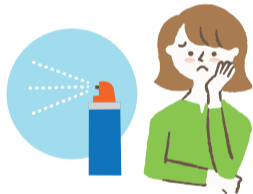
- とき：7月9日(日) 9:30~11:00 受付 ■ところ：区役所3階 会議室
- 対象者：大阪市国民健康保険(40歳以上)または、後期高齢者医療保険に加入されている方
- 持ち物：受診券、被保険者証、特定健康診査個人票(大阪市国民健康保険に加入の方)

セアカゴケグモにご注意を!

セアカゴケグモを見つけた場合は決して素手では触らず、駆除の際はクモやクモの卵のうを靴などで踏みつぶすか、市販の殺虫剤を使用しましょう。



問合せ 保健福祉課(生活環境) 1階15番
TEL 06-4399-9973
FAX 06-6629-1265



食中毒に注意しましょう! ~7月は食中毒予防月間~

食中毒は、7月から9月にかけて多発する傾向にあり、飲食店などの外食だけでなくご家庭でも発生します。

食中毒を予防するために...

食中毒予防の3原則

- ・つかない(清潔)
- ・増やさない(迅速処理・温度管理)
- ・やっつける(加熱)

問合せ 保健福祉課(生活環境) 1階15番
TEL 06-4399-9973 FAX 06-6629-1265



【ご家庭でできる食中毒予防の6つのポイント】

- ①食品の購入時、鮮度や期限表示を確認しましょう。
- ②冷蔵庫は詰め過ぎに注意し、温度管理(冷蔵10℃以下、冷凍-15℃以下)を徹底しましょう。
- ③こまめに手指、調理器具などを洗浄・消毒しましょう。特に生の肉、魚、卵の取扱い後は速やかに行いましょう。
- ④調理は素早く、加熱は十分にしましょう。
- ⑤調理が終われば、できるだけ早いうちに食べましょう。
- ⑥残った食品は速やかに冷却して冷蔵(冷凍)保存し、食べる際は十分な再加熱をしましょう。

熱中症を予防しよう!

熱中症は、暑い場所で体の水分と塩分のバランスが崩れたり、体の調節機能が正常に働かなくなることで発症します。例年、梅雨明けからお盆の期間には、熱中症の症状で救急搬送される方が急増します。高齢者や小児は熱中症になりやすく、特に注意が必要です。

症状 めまい・頭痛・筋肉の硬直・吐き気・全身のだるさ・意識障害・けいれん等

日常生活での予防

- 涼しい場所に移動しましょう
- のどの渇きを感じる前に、こまめに水分補給をしましょう
- 無理な節電はせず、適度にエアコン・扇風機を使用しましょう
- 暑さに備えた体づくりと日ごろの健康管理をしましょう

詳しい情報はこちら▼



問合せ 保健福祉課(健康づくり) 1階14番 TEL 06-4399-9968 FAX 06-6629-1265
東住吉消防署 TEL 06-6691-0119



防犯・防災

東住吉警察署からのお知らせ

問合せ TEL 06-6697-1234



夏休みの時期は、SNSやオンラインゲームの利用等による子どもの犯罪被害が増加する傾向にあります。保護者の方は、お子さんの携帯電話機やゲーム機にフィルタリングを設定し、犯罪被害から守ると共に、子どもたちに次のことを注意しましょう。

- 人を傷つける書き込みをしない
- 知らない人に自分の情報を教えない
- 自分や友達の写真を送らない
- SNS上で知り合った人とは絶対に会わない
- トラブルとなったときは、一人で悩まず大人に相談する



夏休みの子供の犯罪被害防止について

酒害教室のご案内

あなたはお酒の問題で悩んでいませんか?一人だけで、家族だけで抱え込まず、ぜひ教室にご参加ください。支援者の方もぜひご参加ください。

日程 毎月第1・3(土) 14:00~16:00 場所 検診室(区役所1階) 問合せ 保健福祉課(健康づくり) 1階14番 TEL 06-4399-9968 FAX 06-6629-1265

