【1面】

広報ひがしよどがわ

2022年（令和4年）3月号

No.310

発行日：毎月1日（4月号は3月31日）

東淀川区キャラクター　こぶしのみのりちゃん

3月号 TOPICS

1　特集　“おいしく食べる”をいつまでも　在宅医療・在宅介護と口腔ケア

2-4　東淀川区からの情報

5-8　令和4年度東淀川区がん検診ガイド

9-11　大阪市からの情報 大阪市民のみなさんへ

12　特集　“おいしく食べる”をいつまでも　在宅医療・在宅介護と口腔ケア

特集

在宅医療

在宅介護

“おいしく食べる“をいつまでも

在宅医療・在宅介護と口腔ケア

病気の治療や介護が必要になっても、住み慣れた場所で自分らしく暮らしたい。

そんな思いを実現する方法の一つに「在宅医療・在宅介護」があります。

今回は、ご自宅での生活を続ける中で大切な「食べること」に注目し、そのために重要となる、

訪問歯科診療をはじめとした「口腔ケア」についてご紹介します。

訪問歯科診療を行う歯科医師と、利用されている患者さんにお話を伺いました

詳細は12面へ

ちょっと待った！口腔ケアって、歯科診療だけじゃないんです！

《医師》岡部 登志男先生

医師は食べられない原因を考えます。がんによる悪液質、脳卒中などの脳の病気、老化による機能の低下、認知症や精神の病気などの中から診断をつけ、治療を行うとともに、他の職種の方々と連携をとりながら状態の改善を図ります。

《訪問看護師》吉本 初子さん

口腔内の汚れを綺麗にすることは、爽快感を得るだけではなく、歯周病や、誤嚥性肺炎を予防します。訪問看護師は口腔ケアを行い、その大切さを利用者様やご家族に伝え、異常があった場合には歯科医と連携していきます。

《薬剤師》吉岡 幸洋さん

歯磨き後や寝る前にマウスウォッシュでうがいをすると口腔内細菌による誤嚥性肺炎を減らせるのでオススメです。ただし「液体歯磨」と書いてないものを選びましょう。迷った時は薬剤師にご相談ください。

《訪問介護員》木下 茂也さん

訪問介護では「口腔ケア」として、歯磨きの介助・入れ歯の洗浄等を病状や身体状況・自宅環境に合わせて行っています。ヘルパーは普段の関わりで、口腔内や食事状況の観察も行い、関係機関と随時情報共有しています。

《理学療法士》山崎 孝太さん

大きな声を出す・舌や首を上下左右に大きく動かすことで飲み込みやすくなり、また脳の働きが良くなり、歩く元気に繋がります。リハビリテーションでは個々に合わせた訓練や、食べ物の形態・姿勢のアドバイスを行っています。

発行

東淀川区役所

〒533-8501 大阪市東淀川区豊新2-1-4

区役所代表　電話　06-4809-9986　FAX　06-6327-1920

各記事についての問合せは、各問合せ先にお願いします。

東淀川区ホームページ　東淀川区役所　検索

区の花「こぶし」

区の面積　13.27㎢

区の人口　175,326人

区の世帯数　99,619世帯

令和4年2月1日現在推計

■広告に関する一切の責任は広告主に帰属します。また、東淀川区が推奨するものではありません。

開庁時間

［平日］ 9：00～17：30

［金曜日］19：00まで延長（区役所出張所を除く一部窓口）

［27日（日）] 9：00～17：30（区役所出張所を除く一部窓口）

※月曜などの休み明けは混雑します。毎週金曜の延長窓口などもご利用ください。

問合せ　総務3階31番　 電話　06-4809-9625

【2面】

納期限のお知らせ

国民健康保険料、後期高齢者医療保険料、介護保険料の納期限は、 3月31日(木)です。

期限内納付にご協力をお願いします。

《手続き》

住民票の窓口が大変込み合います

新生活に向けて引越しをする方が多い３月・４月は窓口が大変混み合い、お待ちいただく時間が１時間以上になる場合があります（特に月曜日などの休み明け）。

住民票の異動手続きや住民票の写しなどの請求は、区役所出張所（東淡路4-15-1）でも受け付けています。

また、住民票の写しなどの証明書のみの取得は、全国のコンビニ、大阪市サービスカウンター、東淀川井高野郵便局などでも可能です。ただし、コンビニ交付を利用するには、「マイナンバーカード」が必要です。コンビニ交付や、各種証明書の詳細については、HPをご確認ください。

★コンビニ交付の方が、大阪市の区役所などの窓口よりも手数料が１００円お得です！

（注）戸籍全部（個人）事項証明書は窓口と同じ金額です。

問合せ　住民情報 1階4番　電話　06-4809-9963

年度末・年度始めの臨時日曜開庁

引越し等の手続きのために多くの方が区役所を利用される年度始めの日曜日に区役所を開庁し、転入・転出に関わる窓口業務を行います。

【実施日時】４月３日（日）９：00〜17：３０

※３月27日（日）は、定例の第４日曜日開庁を実施します。

【主な取扱業務】

１．住民情報関係業務

○出生・婚姻などの戸籍の届出

○戸籍全部（個人）事項証明書（戸籍謄抄本）などの発行

○転入・転出などの届出

○住民票の写しなどの発行（他市町村の住民票を除く）

○外国人の住居地変更の手続き

○印鑑登録の手続き

○印鑑登録証明書の発行

○義務教育諸学校の就学手続き

○個人番号カードに関する事務

２．保険年金関係業務（住民異動に伴うものに限る）

○国民健康保険の資格異動など

○国民年金の各種申請書の受付

○後期高齢者医療制度にかかる各種届出の受付及び保険料納付に関する業務

※関係機関への確認が必要なものなど、お取扱いのできない場合があります。

※マイナンバーカード等をお持ちの方は、コンビニ交付サービスもご利用ください。

問合せ　総務 3階31番　電話　06-4809-9625

《まちづくり・にぎわい》

空家の管理はできていますか 早めの相談で早めの対策

空家を所有する方・相続された方は、定期的に家屋の状態を把握し、近隣に迷惑がかからないよう、なるべく早く対策を取ってください。放置するとあっという間に状態が悪化します。相続や不動産の運用・流通など、専門の相談窓口を紹介しますので、お気軽にお問い合わせください。相談先は「家の終活ハンドブック」にも掲載しています。空家担当では、迷惑空家の所有者を調査し、情報提供や助言などを行っています。ご近所でお困りの空家がありましたらご連絡ください。

問合せ　企画調整 1階9番　電話　06-４８０９-９９２７

「家の終活ハンドブック」はこちら

東淀川区まちづくりフォーラム 「Album（アルバム）～地活協の現在・過去・未来～」

無料

要申込

今月で設立丸９年を迎える地域活動協議会（通称、地活協）。

10年目を迎えるにあたり、地活協の「今までとこれから」について共有し、ともに考える「東淀川区まちづくりフォーラム」を開催します！

日時　３月19日（土）13：00～16：20（開場12：45）

場所　区民ホール（区役所３階）及びオンライン（Microsoft Teams）

内容　①地活協10年間の歩み ②コロナ禍での地域活動紹介 ③特別研修会「未来へつなぐ地域づくりの視点」

講師　川北秀人さん

定員　区民ホール100名（先着順）、オンライン100名（先着順）

対象　区内在住・在勤・在学の方、地域活動を応援したい方

申込　３月14日（月）までにメールまたはFAXにて

問合せ　地域 1階9番　電話　06-4809-9825　FAX　06-6327-1970

メール　tm0011@city.osaka.lg.jp

詳しくはこちら

《子育て・教育》

保健福祉センター（区役所２階）で実施します

●BCG接種

無料

予約不要

日時　3月8日（火）14：00～15：30

対象　生後5か月から1歳の誕生日の前日まで

※標準的な接種期間：生後5～8か月

持ち物　予防接種手帳・母子健康手帳

問合せ　保健企画 2階22番　電話　06-4809-9882

●プレママパパのためのマタニティクラス（妊婦教室）

無料

要予約

3つのコースABCで開催しています。日程についてはHPをご確認いただき、下記電話番号よりご予約ください。

内容　A歯科・栄養（妊婦歯科健診・無料）

B子育て準備（保健師）

Cお産にむけて（助産師）

いずれも13：30～15：30

母子健康手帳・筆記用具・冊子「わくわく」・みのりBABYファイル

※Aのみ普段使っている歯ブラシ・手鏡

●妊婦歯科健診

無料

要予約

日時　4月4日(月)14：15～14：30

●助産師による専門相談

無料

予約不要

妊娠・出産・授乳・卒乳などお気軽にご相談ください。

日時　3月9日（水）・23日（水）13：30～16：00

問合せ　健康相談 2階24番　電話　06-4809-9968

塾代助成カードを使えば自己負担なし！

こぶしのみのり塾の受講生を募集しています

習熟に応じた基礎学力の向上と学習習慣の形成を図るため実施しています。月額１万円の受講料で70分授業を週２回受講いただけます。苦手科目の克服にぜひご活用ください！！

場所　瑞光中学校、新東淀中学校、柴島中学校、淡路中学校、中島中学校、東淀中学校

対象　区内在住、区内市立中学校在学の中学生

教科　英語、数学、国語

定員　各校40名程度（先着順）※既に定員に達している場合がございます。

受講料　月額１万円（税込・教材費込・塾代助成カードの利用可）

見学にお越しいただけます　無料　要予約

詳しくはこちら

令和４年度受講生 ３月１日（火）募集開始！

申込　株式会社トライグループ（実施事業者）　電話　0120-555-202（10：00～22：00、土日祝も受付）

※オペレーターに「大阪市東淀川区こぶしのみのり塾について」とお申し出ください。

問合せ　子育て・教育 1階12番　電話　06-4809-9807

《健康》

こころの健康サポート情報

地域生活向上教室

無料

統合失調症等精神疾患を抱える方を対象に、基本的な生活習慣を整え、社会生活に必要な健康管理やコミュニケーションスキルを身につけ、地域で自分らしく安定した生活ができることをめざしています。事前申し込み制となっています。関心はあるけど不安だ、という方もお気軽にお問い合わせください。

実施日時　毎月第4木曜日 9：40～11：40

場所　区役所２階

※感染症流行状況によっては中止となることがあります。

問合せ　健康相談 2階24番　電話　06-４８０９-９９６８

健康レシピ

豆腐の落とし揚げ

材料（４人分）

エネルギー（1人分） 232kcal

・木綿豆腐　１８０ｇ

・鶏ひき肉　１８０ｇ

・コーン(缶詰)　１１０ｇ

・たまねぎ　９０ｇ

・きくらげ(乾)　3個

・干しひじき　１.５ｇ

・おろししょうが　少々

・塩　少々

・片栗粉　大さじ1と1/3

・揚げ油　適量

【あんかけ用】

・しょうゆ　小さじ1強

・みりん　小さじ1強

・だし汁　60ml

・水溶き片栗粉　(お好みの固さに)

作り方

(1)豆腐はペーパータオル等に包んで重しをして水きりする

(2)ひじきときくらげは水で戻し、きくらげは細かく切る。たまねぎはみじん切りにする

(3)豆腐を手でつぶしながら、すべての材料と片栗粉、塩を加えて混ぜる

(4)(3)を食べやすい大きさに成形し、170℃に予熱した油できつね色になるまで揚げる

(5)鍋にあんかけ用の調味料を入れて煮立ったら、水溶き片栗粉でとろみをつけ、(4)にかける

POINT

風の子保育園の人気メニューです。

子どもが嫌いなお野菜をまぜてアレンジもできます。

【提供】東淀川区食育推進ネットワーク（水仙福祉会　風の子保育園）

【作成】東淀川区食生活改善推進員協議会（五十三会）

問合せ　保健企画 2階22番　電話　06-4809-9882

●1階窓口サービス課のお待ち人数などがホームページで確認できます！ぜひご活用ください。

【3面】

3月7日(月)は東淀川区｢見まもるデー｣

地域の子どもは地域で守り、子どもが安心して暮らせるまちづくりを推進しましょう！

健康づくり教室 がん対策セミナー

無料

要申込

乳がんの早期発見、早期治療の

意義から乳がんと診断されたあと進行や再発を防ぐためにできることなどについて具体例をあげながらお話し、一緒に考えてみましょう。

日時　3月9日（水）14：00より

場所　東淀川区医師会館 ３階講堂（豊新2-3-7）

定員　２０名（先着順）

演題　乳がんといわれたあとにもできる予防

※マスク着用・アルコール消毒と体温チェック有

申込・問合せ　東淀川区医師会　電話　06-6320-2226

令和４年度の予防集合注射の日程について

～愛犬の登録と毎年の予防注射は飼い主の義務です～

犬の登録（生涯１回）と狂犬病予防注射（毎年１回）は狂犬病予防法で定められた飼い主の義務です。令和４年度の狂犬病予防注射を3月2日（水）から受けることができます。6月までに最寄りの動物病院もしくは集合注射会場で、狂犬病予防注射を受けてください。今年の狂犬病予防集合注射の日程は次の通りです。また、本市では、犬の登録の手続きや注射済票の交付を委託している動物病院もあります。

詳しくはこちら

実施日　4月14日（木）

実施会場　井高野公園

住所　井高野3-3

実施日　4月15日（金）

実施会場　区役所出張所1階南西側駐車場

住所　東淡路4-15-1

実施日　4月17日（日）

実施会場　区役所 正面駐車場

住所　豊新2-1-4

時間　１３：３０～１６：00 ※雨天実施

（荒天時は中止することがあります。）

費用　新規登録：１頭につき、6,300円（登録手数料含む）

継　　続：１頭につき、3,300円（平成7年4月1日以降に登録している犬で会場で接種した場合）

※注射料金・注射済票交付手数料を2ヵ所で分けて徴収します。ご理解とご協力をお願いします。

※区役所から案内が届いた方は、必ず持参してください。

問合せ　生活環境 2階23番　電話　06-4809-9973

３月末期限！受診しましたか？

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、無料で受診できる特定健診を実施しています。高血圧症や糖尿病などの生活習慣病は自分では気づかないうちに進行するので早めの受診が必要です。対象の方には、緑色の封筒で「受診券」を送付しています。

問合せ　保険年金 1階6番　電話　06-4809-9956

保健師の健康一口メモ

No.114

笑う機会を増やしましょう

コロナ禍でマスク着用の日常ですが、マスクの中は笑顔ですか？

笑うことは、ストレス軽減・リラックス効果があるといわれています。笑いとは「ユーモアに対する身体反応」です。

思いきり笑ったときの呼吸は、息を吐きながら「ははは」と声がでる腹式呼吸や深呼吸のような状態です。からだの中にたくさんの酸素が取り込まれ、血の巡りもよくなります。その間は笑いに集中しており、何も余計なことは考えず、心を無にすることができます。

また笑うことは、ストレス軽減・リラックス以外にも様々な効果があります。笑うことを増やし、ストレス軽減・リラックスできるようにしましょう！

笑いの効果

脳の活性化

記憶力アップ

筋力アップ

免疫力アップ

新陳代謝が活発に

問合せ　健康相談 2階22番　電話　06-4809-9968

認知症コラム

東淀川区各地域包括支援センターの認知症取り組み紹介

認知症の患者家族を支援しています

地域包括支援センターでは、介護する家族が認知症を正しく知り介護できるように、また他の家族はどうしているの？と思われている介護者同士が交流できるように、家族の支援を行っています。今回は中部地域包括支援センターでの研修会と交流会のお知らせです。

日時　3月5日・12日・19日・26日（3月の毎週土曜日）いずれも14：00～16：00

場所・申込　東淀川区中部地域包括支援センター「びはーら」　電話　06-6325-6915

内容　4日間コースで認知症の研修会（内容は毎回異なります）と交流会 ※１回でも参加可能！

（詳細は電話でお問い合わせください）

締切　各日程の前日

認知症限定ではありませんが、家族で介護をされている方向けの集いを各地域包括支援センターで行っていますので、ぜひお近くの地域包括支援センターへお問い合わせください。

問合せ　東淀川区中部地域包括支援センター「びはーら」　電話　06-6325-6915

健康掲示板

●特定健康診査･後期高齢者医療健康診査

予約不要

日時　3月6日(日)9：30～11：00

場所　区役所３階

対象　国民健康保険・後期高齢者医療保険に加入している方

持ち物　受診券・個人票・保険証

費用　無料

●各種検診（健診）

保健福祉センター（区役所２階）で実施

予約制

大腸がん検診

対象者※1　40歳以上の方

費用　300円

日時　予約の際にお問い合わせください

予約制

肺がん検診　胸部エックス線検査

対象者※1　40歳以上の方

費用　無料

日時　予約の際にお問い合わせください

予約制

肺がん検診　かくたん検査

対象者※1　50歳以上の方※2

費用　400円

日時　予約の際にお問い合わせください

予約制

乳がん検診　超音波検査※3

対象者※1　30～39歳の女性

費用　1,000円

日時　予約の際にお問い合わせください

予約制

乳がん検診　マンモグラフィ

対象者※1　40歳以上の女性（前年度未受診の方)

費用　1,500円

日時　予約の際にお問い合わせください

予約制

骨粗しょう症検診

対象者※1　18歳以上の方

費用　無料

日時　予約の際にお問い合わせください

予約制

胃がん検診　胃部エックス線検査※3（年度内にどちらか1回のみ受診）

対象者※1　40歳以上の方

費用　500円

日時　取扱医療機関にお問い合わせください

予約制

胃がん検診　内視鏡検査※3（年度内にどちらか1回のみ受診）

対象者※1　50歳以上の方 ※受診は2年度に1回

注）内視鏡検査を受けた翌年度は胃がん検診（内視鏡検査、エックス線検査とも）を受診できません。

費用　1,500円

日時　取扱医療機関にお問い合わせください

予約制

子宮頸がん検診※3

対象者※1　20歳以上の女性（前年度未受診の方)

費用　400円

日時　取扱医療機関にお問い合わせください

予約制

前立腺がん検診※3

対象者※1　50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の男性

費用　1,000円

日時　取扱医療機関にお問い合わせください

予約不要

結核健診

対象　15歳以上の方

費用　無料

日時　3月3日（木）10：00～11：00

※1 年齢は、令和4年3月31日時点の年齢。

※2 かくたん検査の対象には要件があります。

※3 医療機関で実施。

問合せ　保健企画2階22番 　電話　06-4809-9882

携帯電話等を利用した行政オンラインシステムからでも集団検診の予約が可能です。

オンラインでの予約には事前に登録が必要です。

《安全・安心》

阪急上新庄駅前にトリックアートによる路面シートを設置しました

1月21日（金）に阪急阪神ビルマネジメント様にご協力をいただき、上新庄駅前ビルの通路にトリックアートによる路面シートを設置しました。

デザインについては、大阪成蹊女子高等学校美術科3年生76名の皆さんにご協力をいただき、その中から、福井里奈さんの作品が選出されました。

1月25日（火）に、区長から大阪成蹊女子高等学校と福井さんに感謝状を贈呈しました。

問合せ　安全安心 1階8番　電話　06-４８０９-９８１９

子どもを守る合言葉は「つみきおに」

お子さんに「自分の身は自分で守る」ことをしっかり伝え、出かける前に行先や帰宅時間を確認するなど、家族でルールをつくりましょう。また、防犯ブザーを持たせる等、日頃から意識するようにしましょう！

ついていかない

知らない人についていかせない。

みんなと、いつもいっしょ

一人にならないようにさせる。

きちんと知らせる

家を出る時や、怖い目にあったときは、必ず家の人に報告させる。

おおごえで助けを呼ぶ

怖いときは大きな声で助けを呼ばせる。

にげる

なにかされそうになったら、すぐ逃げさせる。

防犯

交通安全

問合せ　安全安心 1階8番　電話　06-４８０９-９８１９

「広報ひがしよどがわ」は毎月1日(朝刊が休刊の場合は翌日)に新聞折込み（朝日・毎日・読売・産経・日本経済・大阪日日新聞の朝刊）でお届けしています。新聞未購読の方で配送や住所・宛名変更等をご希望の場合は、広報3階31番（電話　06-4809-9683）

又は東淀川区HPより申請してください。点字版・音声版もあります。

東淀川区　広報紙　検索

【4面】

ホームページバナー募集中！

区役所ホームページに広告を掲載しませんか？ 詳細はこちら

東淀川区　バナー広告　検索

《施設からのお知らせ》

東淀川消防署

電話　06-6320-2172

春の火災予防運動が始まります！

３月１日（火）から３月７日（月）まで、春の火災予防運動が行われます！

新年度の始まりを迎えるにあたって東淀川消防署の職員一同、精一杯啓発活動を行って参りますので皆様も一緒に火災予防の意識を高めていきましょう！

なお、昨年の１２月は北区の雑居ビルでの火災を受け、不安になられた方も多いと思います。ご自身がお住まいになられているマンション等で火災が起こった際にどう対応するかを今一度考えておきましょう！

以下のことを意識しておくことをお勧めします

●どのような消防用設備が付いているか見ておきましょう。

●火災が起こった際の避難経路を確認しておきましょう。

●緊急時は助け合えるよう、できれば近隣住民の方との交流を持っておきましょう。

東淀川図書館

電話　06-6323-5476

「とことこ」のかみしばいの時間

無料

要申込

日時　3月19日（土）14：00〜14：30

場所　大阪市立東淀川図書館 多目的室

対象　子どもから大人まで

定員　10名（開催の２週間前から前日16：00までに事前申込要・先着順）

※新型コロナウィルスの感染状況により、中止や延期となる場合があります

東淀川区子ども・子育てプラザ

電話　06-6327-5650

子育て情報講座「家庭の防災について」

無料

要申込

小さいお子様がいるご家庭ではどんな備えをしておけば良いか、東淀川区内で予測される災害に基づいて、お話していただきます。

日時　3月9日（水）11：00～11：30

場所　東淀川区子ども・子育てプラザ

対象　当プラザに登録されている乳幼児の親子

定員　親子8組

申込　2月22日(火)10：00～受付

一時保育　なし

プラザの行事予定は変更する場合がありますので、HPでご確認ください。

《その他》

固定資産税（土地・家屋）に関する縦覧を行います

土地または家屋の固定資産税の納税者となる方は、資産のある区を担当する市税事務所で縦覧帳簿を縦覧できます。（資産をお持ちの区の縦覧帳簿に限ります）

縦覧の際は、本人確認ができるもの（マイナンバーカード、運転免許証など）または納税通知書を持参してください。代理人の場合は委任状が必要です。

期間　４月１日（金）～５月２日（月）（土・日・祝日を除く）9：00～17：30（金曜日は19：00）まで

問合せ　梅田市税事務所 固定資産税グループ　電話　06-4797-2957(土地)・2958(家屋)

※問合せ可能日・可能時間 平日9：00～17：30（金曜日は9：00～19：00）

令和４年度分個人市･府民税の申告期限は３月15日（火）です

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、市税事務所・区役所への来所を控えていただき、郵送または大阪市行政オンラインシステムによる申告をお願いします。なお、期限後申告の場合は、税額の決定・通知や課税（所得）証明書の発行時期などが遅れることがあります。

【窓口での申告に関するご注意】

※窓口で申告される場合は感染症対策へのご協力をお願いします。

※区役所臨時申告会場の受付時間は平日9：00～11：30／13：00～16：00

※申告期限前１週間や期間中の午前９時台は混雑が予想されます。

問合せ　梅田市税事務所 市民税等グループ　電話　06-4797-2953

※問合せ可能日・可能時間 平日9：00～17：30（金曜日は9：00～19：00）

十八条自転車保管所を閉鎖し宮原自転車保管所へ業務を移管します

十八条自転車保管所は、3月31日18：00で閉鎖します。

4月1日から上新庄駅・下新庄駅・相川駅・東淀川駅で撤去した自転車は、宮原自転車保管所で保管・返還します。

【4月1日以降の返還場所】

問合せ　大阪市建設局自転車対策担当　電話　06-6615-6683

その問題、専門家が一緒に考えます！

無料

秘密厳守

専門家による各種相談日　３月1日～４月30日

★区役所で実施　◆1組 30分以内

相談日については、変更・中止になることがありますので、HPで最新情報をご確認ください。

●体調不良とお見受けされる場合は相談をお断りすることがあります。　●マスク着用の徹底をお願いします。

弁護士による法律相談

当日予約制　区役所で実施　1組 30分以内

相談日　3月3日・10日・17日・24日（木）／4月7日・14日・21日・28日（木） 13：00～17：00

予約 ・電話・問合せ　広聴相談3階31番　電話　06-4809-9683

予約は左記の『相談日当日の9:00』より電話にて受付けます。

当日以外は予約できません。

税理士による税務相談

相談日　3月22日・29日（火）／4月5日・12日・19日・26日（火） 13：00～16：00

予約 ・電話・問合せ　広聴相談3階31番　電話　06-4809-9683

予約は左記の『相談日当日の9:00』より電話にて受付けます。

当日以外は予約できません。

宅地建物取引士による不動産相談

事前予約可　区役所で実施　1組 30分以内

相談日　3月2日（水)　13：00～16：00

相談内容　賃貸・売買契約や相続、名義変更など不動産に関する相談

予約 ・電話・問合せ　全日本不動産協会大阪府本部北支部　　電話　06-6373-1511（月～金10：00～16：00）

宅地建物取引士による不動産相談

事前予約可　区役所で実施　1組 30分以内

相談日　4月8日（金)　13：00～16：00

相談内容　賃貸・売買契約や相続、名義変更など不動産に関する相談

予約 ・電話・問合せ　大阪府宅地建物取引業協会新大阪支部　電話　06-6303-0676（月～金10：00～16：00）

行政書士による相談

事前予約可　区役所で実施　1組 30分以内

相談日　3月9日(水)／4月13日（水) 13：00～16：00

相談内容　官公署に提出する許認可や登録申請、遺言や相続などの相談

予約 ・電話・問合せ　行政書士会相談受付　電話　06-7739-8000（月～金10：00～16：00）

司法書士による相談

事前予約可　区役所で実施　1組 30分以内

相談日　3月16日(水)／4月20日（水) 13：00～16：00

相談内容　簡易裁判所における訴訟代理業務、債務整理などの相談

予約 ・電話・問合せ　司法書士事務所　電話　0120-676-888（月～金9：00～18：00）

社会保険労務士による相談

事前予約可　区役所で実施　1組 30分以内

相談日　3月23日(水)／4月27日（水) 13：00～16：00

相談内容　年金や労働問題、職場トラブルなどに関する相談

予約 ・電話・問合せ　社会保険労務士事務所　電話　06-4800-8125（月～金10：00～17：00）

就労相談

事前予約可　区役所で実施　1組 30分以内

相談日　3月9日・23日(水）／4月13日（水)・27日（水) 9：15～12：15

※9：15〜11：45は予約不要

相談内容　就労に関する情報提供・アドバイス・相談

予約 ・電話・問合せ　大阪市地域就労支援センター　電話　0120-939-783

人権出張相談

事前予約制　区役所で実施

相談日　月～金 9：00～20：30　日・祝 9：00～17：00

※電話・FAX・メールでも相談可

予約 ・電話・問合せ　人権啓発・相談センター

電話　06-6532-7830　FAX　06-6531-0666

メール　7830@osaka-jinken.net

人権擁護委員による人権相談

相談日　第1火曜 13：00〜15：30

場所　社会福祉法人水仙福祉会 水仙の家1階（小松1-12-10）

予約 ・電話・問合せ　大阪法務局人権擁護部第一課　電話　06-6942-1489　FAX　06-6943-7406

犯罪被害者等支援のための総合相談

相談日　月～金 9：00～17：30 ※土・日・祝・年末年始を除く

予約 ・電話・問合せ　市民局人権企画課（市役所4階）　電話　06-6208-7489　FAX　06-6202-7073

ひとり親家庭サポーターによる相談

事前予約制　区役所で実施

相談日　毎週水・木・金 9:15～17:30 ※祝・年末年始を除く ※他の曜日に相談できる場合あり。応相談

相談内容　○就業など、ひとり親家庭の自立に向けた相談 ○離婚を考えている方、養育費に関する相談

予約 ・電話・問合せ　子育て・教育2階25番　電話　06-4809-9850

行政相談委員による行政相談

区役所で実施

相談日　3月7日(月)・4月4日（月) 14：00～16：00 ※受付は15：30まで

相談内容　国の仕事やその手続き、サービスに対する意見・要望などの相談

予約 ・電話・問合せ　広聴相談3階31番　電話　06-4809-9683

花と緑の相談

区役所で実施

相談日　3月15日(火)／4月19日（火) 14：00～15：30

相談内容　サバンナ堆肥を進呈します

予約 ・電話・問合せ　十三公園事務所　電話　06-6309-0008

近畿財務局多重債務無料相談窓口

相談日　月～金 9：00～12：00、13：00～17：00 ※土・日・祝・年末年始を除く

予約 ・電話・問合せ　近畿財務局理財部　電話　06-6949-6523

防衛省自衛隊 就職・進学出張相談

区役所で実施

相談日　3月8日（火）／4月12日（火) 10：00～15：00

予約 ・電話・問合せ　自衛隊十三募集案内所　電話　06-6301-0488

日曜法律相談

1組 30分以内　無料　要予約

日時　3月27日(日)9：30～13：30

場所　中央区役所（中央区久太郎町1-2-27）

定員　16組（先着順）

予約　3月24日（木)・25日(金) 9：30〜12：00

【予約専用電話】06-6208-8805

問合せ　大阪市総合コールセンター（年中無休）　電話　06-4301-7285　FAX　06-6373-3302

市政・区政に対するご意見・ご要望は、広聴相談3階31番へ　電話　06-4809-9683　FAX　06-6327-1970

区役所正面玄関に、「市政・区政へのアイデア 区長への提案・意見箱」を設置しています。

東淀川区　ご意見・ご要望　検索

【5面】

保存版

令和4年度東淀川区がん検診ガイド

令和4年度 がん検診・特定健診の日程

■ がん検診

受付時間　9：30〜10：５０

場所　保健福祉センター（区役所２階）

■ 特定健診

受付時間　9：30〜11：00

場所　区民ホール（区役所３階）

令和4年５月から9月までの健診 → 予約開始 3月1日から

令和4年

5月5日（木・祝）午前　大腸がん　肺がん　乳がん　骨粗検診　特定健診

5月23日（月）午前　大腸がん　肺がん　特定健診　歯科相談

6月3日（金）午前　乳がん　骨粗検診　歯科相談

6月6日（月）午前　乳がん検診・骨粗しょう症検診（かみしんプラザ）１０：００～１１：２０

6月19日（日）午前　大腸がん　肺がん　乳がん　骨粗検診　特定健診

7月23日（土）午前　特定健診（出張所） ９：３０～１１：００

7月28日（木）午前　大腸がん　肺がん　特定健診　歯科相談

8月10日（水）午前　大腸がん　肺がん　乳がん　骨粗検診　特定健診　歯科相談

8月13日（土）午前　大腸がん　肺がん　乳がん　骨粗検診　特定健診

8月29日（月）午前　乳がん　骨粗検診　歯科相談

9月15日（木）夜間　乳がん検診・骨粗しょう症検診 １８：３０～１９：５０

9月25日（日）午前　乳がん検診・骨粗しょう症検診・特定健診（井高野小学校）

令和4年10月から令和5年2月までの健診 → 予約開始 8月1日から

令和4年

10月1日（土）午前　特定健診（出張所） ９：３０～１１：００

10月14日（金）午前　乳がん　骨粗検診　歯科相談

10月25日（火）午前　大腸がん　肺がん　特定健診　歯科相談

10月30日（日）午前　乳がん検診・骨粗しょう症検診・特定健診（豊里南小学校）

11月8日（火）午前　乳がん　骨粗検診　歯科相談

11月23日（水・祝）午前　大腸がん（レディースデイ）　肺がん（レディースデイ）　乳がん（レディースデイ）　骨粗検診（レディースデイ）　特定健診

12月10日（土）午前　大腸がん　肺がん　乳がん　骨粗検診　特定健診

12月25日（日）午前　大腸がん　肺がん　乳がん　骨粗検診　特定健診

令和5年

1月21日（土）午前　大腸がん　肺がん　乳がん　骨粗検診　特定健診

2月2日（木）午前　大腸がん　肺がん　特定健診　歯科相談

2月27日（月）午前　大腸がん　肺がん　乳がん　骨粗検診　特定健診　歯科相談

がん検診等の検査内容と料金

(区内の取扱医療機関は8面へ）

・胃がん検診

対象者（年度末年齢）　5０歳以上の方【令和5年度までは40歳以上の方も受診可】（年度内に１回）

検査内容　胃部エックス線（バリウム）検査

料金　５００円

実施場所　●取扱医療機関

・胃がん検診

対象者（年度末年齢）　５０歳以上の方（２年度に１回）

検査内容　胃内視鏡検査

料金　１５００円

実施場所　　●取扱医療機関

・大腸がん検診

対象者（年度末年齢）　４０歳以上の方（年度内に１回）

検査内容　免疫便潜血検査（２日法）

料金　３００円

実施場所　●保健福祉センター●取扱医療機関

・肺がん検診

対象者（年度末年齢）　４０歳以上の方（年度内に１回）

検査内容　胸部エックス線検査

料金　無料

実施場所　●保健福祉センター●取扱医療機関

・肺がん検診

対象者（年度末年齢）　４０歳以上の方（年度内に１回）

検査内容　喀痰検査※５０歳以上で喫煙指数600（タバコ１日の本数×喫煙年数）以上の方

料金　４００円

実施場所　●保健福祉センター●取扱医療機関

・乳がん検診

対象者（年度末年齢）　３０〜３９歳の女性（年度内に１回）

検査内容　超音波検査

料金　１０００円

実施場所　●取扱医療機関

・乳がん検診

対象者（年度末年齢）　40歳以上の女性（２年度に１回〈前年度未受診の方〉）

検査内容　マンモグラフィ検査

料金　１５００円

実施場所　●保健福祉センター●取扱医療機関

・骨粗しょう症検診

対象者（年度末年齢）　18歳以上の方（年度内に１回）

検査内容　かかと部分の超音波測定

料金　無料

実施場所　●保健福祉センター

・子宮頸がん検診

対象者（年度末年齢）　20歳以上の女性（２年度に１回〈前年度未受診の方〉）

検査内容　子宮頸部細胞診検査

料金　4００円

実施場所　●取扱医療機関

・前立腺がん検診

対象者（年度末年齢）　次の年齢の男性

50歳（昭和47年4月1日～昭和48年3月31日生まれ）

55歳（昭和42年4月1日～昭和43年3月31日生まれ）

60歳（昭和37年4月1日～昭和38年3月31日生まれ）

65歳（昭和32年4月1日～昭和33年3月31日生まれ）

70歳（昭和27年4月1日～昭和28年3月31日生まれ）

検査内容　PSA検査（血液検査）

料金　１０００円

実施場所　●取扱医療機関

・歯科健康相談

対象者（年度末年齢）　18歳以上の方

検査内容　歯や口腔に関する相談

料金　無料

実施場所　●保健福祉センター

●令和3年度より市民への安心・安全ながん検診の提供を考慮し、保健福祉センターでの集団による胃がん検診を廃止し、取扱医療機関のみで実施することとなりました。

●胃内視鏡検査を受診した翌年度は、胃部エックス線検査、胃内視鏡検査とも受診できません。

●手話通訳者をご希望の方は、受診日の２週間前までにお申し込みください。

●平日の乳がん検診実施日に保育ボランティア付き検診をご希望の方は、受診日の１か月前までにお申込みください。

次の方は各種がん検診の費用が無料になります

受診の際に証明書の提示・提出が必要です。

●後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方　●高齢受給者証をお持ちの方

●生活保護世帯に属する方（生活保護適用証明書等の提出が必要）

●中国残留邦人本人確認証をお持ちの方

●市民税非課税世帯の方（世帯全員の市民税非課税証明書等の提出が必要）

※非課税証明書の申請に必要な書類は保健福祉センター（２階22番）にあります。

次の方は各種がん検診受診対象外になります

●大阪市内に住民票がない方

●検診部位の病気等で治療中・経過観察中の方（医療機関で診察を受けてください。）

●自覚症状がある方（医療機関で診察を受けてください。）

●令和4年４月１日～令和５年３月31日に

　◇加入保険や勤務先等で同等の検診を受診できる方

　◇同等の検診を受診済みの方（ただし、自費や診療(※)によるものを含みません。）

●2年度に1回の検診については、令和３年４月～令和４年３月に同等の検診を受診済みの方

　（ただし、自費や診療(※)によるものを含みません。）

（※）診療で検査実施した場合は「異常なし」であった場合に限り受診できます。

（注）対象外の方や、適正な受診間隔をあけずに受診した場合は、全額自己負担していただく場合があります。

がん検診・骨粗しょう検診の予約方法

3月１日(火)よりがん検診の予約を受付します。

保健福祉課(保健企画)２階22番にお越しいただくか、お電話でご予約ください。

また令和３年度から、携帯電話等を利用した行政オンラインシステムからでも集団検診の予約が可能になりました。オンラインでの予約には事前に登録が必要です。

定員になり次第予約終了となりますので、ご予約できない場合もあります。

予約・問合せ　保健企画 2階22番　電話　06-4809-9882

行政オンラインシステム

【6面】

検診車で乳がん・骨粗しょう症検診

※検診車はイメージです

日時　6月6日（月）10：00〜11：20

場所　かみしんプラザ1階中央エスカレーター横（大隅1-6-12）

定員

保健福祉センター事前予約分

●乳がん検診　１５名

●骨粗しょう症検診　３０名

かみしんプラザ当日受付分

●骨粗しょう症検診　4０名（先着順）

※乳がん検診は事前予約が必要です。

内容

乳がん検診

内容　マンモグラフィ

対象　40歳以上（2年度に1回）

料金　1500円

骨粗しょう症検診

無料

かかと部分に超音波を当てることにより骨量を測定します。

測定時間は10秒程度で終了し、その場で結果がわかります。

対象　18歳以上（年度内に1回）

予約・問合せ　保健企画 2階22番　電話　06-４８０９-９８８２

大阪市HP「骨粗しょう症検診」

大好評につき今年もやります

東淀川区レディースデイ

日時　11月23日（水・祝）

【がん検診受付時間】 ９：３０〜１0：5０

大腸がん・肺がん・乳がん（マンモグラフィ）・骨粗しょう症検診がすべて1日で受診できる女性専用の検診日です。

【予約開始】8月1日（月）から

予約・問合せ　保健企画 2階22番　電話　06-４８０９-９８８２

今年も東淀川区役所出張所と小学校で特定健診を開催します

●東淀川区役所出張所（東淡路4-15-1）

７月２3日（土）・10月1日（土）

●井高野小学校（井高野1-28-17）

9月25日（日）

【乳がん検診（マンモグラフィ）・骨粗しょう症検診 併設】

●豊里南小学校（豊里5-12-41）

10月３０日（日）

【乳がん検診（マンモグラフィ）・骨粗しょう症検診 併設】

【受付時間】

特定健診　９：３０〜１１：００　予約不要

がん検診　９：３０〜１０：５０　要予約

予約・問合せ　保健企画 2階22番　電話　06-４８０９-９８８２

【7面】

大阪市乳がん検診デー

有料

要予約

次の大阪市乳がん検診取扱医療機関で、日時指定で乳がん検診（マンモグラフィ）を受診できる『大阪市乳がん検診デー』を設定しています。日時等詳細は、大阪市HPで確認または、各医療機関までお問い合わせください。

【取扱医療機関・問合せ】

帝国ホテルクリニック　北区天満橋1‒8‒50‒3階　06-6881-4000

いわいレディースクリニック　北区天神橋4‒11‒6‒3階　06-6882-8686

大阪中央病院　北区梅田3‒3‒30　06-4795-5550

茶屋町ブレストクリニック　北区茶屋町3‒1‒4階　06-6359-4630

ナグモクリニック大阪　北区梅田2‒6‒20‒14階　06-6346-0555

ツヂ病院　都島区都島北通1‒22‒6　06-6922-1236

大阪病院　福島区福島4‒2‒78　06-6441-5451

大阪ブレストクリニック　福島区大開1‒13‒8　06-6465-4108

淀屋橋健診プラザ　中央区伏見町４‒１‒１　06-6232-7770

原田病院　中央区島之内2‒17‒15　06-6211-1006

しみずクリニック　中央区千日前1丁目 虹のまち5-3　06-6211-4320

船員保険 大阪健康管理センター　港区築港1‒8‒22　06-6576-1011

済生会泉尾病院　大正区北村3‒4‒5　06-7659-6111

大正病院　大正区三軒家東5‒5‒16　06-6552-0621

大阪警察病院　天王寺区北山町10‒31　06-6771-6051

大阪警察病院付属人間ドッククリニック　天王寺区石ヶ辻町15‒15　06-6775-3131

聖バルナバ病院　天王寺区細工谷1‒3‒18　06-6779-1651

乳腺外科ヨシダクリニック　天王寺区堂ヶ芝1‒11‒23‒201　06-6711-0370

大英診療所　西淀川区歌島2‒3‒2　　06-6474-0361

西中島クリニック　淀川区西中島3‒2‒11　06-6301-5586

那須クリニック　淀川区西中島4‒4‒21　06-6308-3909

森之宮病院　城東区森之宮2‒1‒88　06-6969-0111

大阪がん循環器病予防センター　城東区森之宮１‒６‒１０７　06-6969-6712

わたなべクリニック整形外科・乳腺外科　城東区今福西1‒9‒3‒2階・3階　06-6932-6553

本田病院　鶴見区鶴見4‒1‒30　06-6939-6301

あべの松井クリニック　阿倍野区阿倍野筋1‒5‒31‒5階　06-6647-2223

南大阪病院　住之江区東加賀屋1‒18‒18　06-6683-9416

おおしろクリニック　東住吉区鷹合1‒17‒30　06-6608-0046

いのうえ診療所　平野区喜連西4‒7‒33　06-6760-7188

子宮頸がん検診

有料

要予約

対象　20歳以上の女性

料金　400円

受診間隔　2年度に１回

【取扱医療機関・問合せ】

坂本産婦人科クリニック　瑞光４‒１２‒３６　06-６３２６-４１０３

松井レディースクリニック　豊新１‒１７‒１６‒1階　06-６７９５-９６００

医誠会病院　菅原６‒２‒２５　06-６３２６-１１２１

ヒロレディースクリニック　東淡路４‒３０‒２‒4階　06-６９９０-５１００

特定健康診査

無料

予約不要

対象　大阪市国民健康保険に加入している４０歳から74歳までの方（年度中に４０歳になる方を含む）、または後期高齢者医療保険に加入している方

内容　問診・身体計測・身体診察・血圧測定・尿検査・血液検査等

※検診前１０時間は飲食しないでください。（お水は大丈夫です）

持ち物　受診券、被保険者証　※受診券は４月下旬に発送されます。

受診券の問合せ

【大阪市国民健康保険に加入の方】保険年金 １階6番　電話　06-４８０９-９９５６

【後期高齢者医療保険に加入の方】大阪府後期高齢者医療広域連合給付課　電話　06-４７９０-２０３１

歯周病検診

有料

要予約

歯の健康のために定期的に歯周病検診を受診しましょう。

対象　昭和２７年、昭和３２年、昭和３７年、昭和４２年、昭和４７年、昭和５２年、昭和５７年生まれの方

※勤務先等で同程度の検診を受けられる方及び歯周病の治療で通院中の方は除く。

料金　500円

内容　問診及び口腔内診査（治療は含みません）

次に該当する方は、証明書等の提出により歯周病検診が無料で受診できます。

●生活保護世帯に属する方（生活保護適用証明書等の提出が必要）

●市民税非課税世帯の方（世帯全員の市民税非課税証明書等の提出が必要）

問合せ　保健企画 2階22番　電話　06-４８０９-９８８２

胃がん（胃内視鏡）検診

有料

要予約

対象　５０歳以上の方 ※胃部エックス線検査と選択して受診可

料金　１５００円

受診間隔　２年度に１回 ※翌年度は胃部エックス線検査、胃部内視鏡検査とも受診不可

【取扱医療機関・問合せ】

成仁会病院　豊里７‒１９‒２７　06-６３２７-７７６５

ゆうメディカルクリニック　豊新１‒２１‒２９　06-６３２７-０５５０

医誠会病院　菅原６‒２‒２５　06-６３２６-１１２１

ごとう内科・消化器内科　東淡路４‒１７‒１７‒３～４階　06-６１９５-５１０７

淀川キリスト教病院　柴島１‒７‒５０　06-６３２２-２２５０

あけぼのGMクリニック　西淡路２‒１５‒５　06-６３２３-２６５０

結核健診

無料

予約不要

結核は、早期発見、早期治療が大切です。年1回は健診を受けましょう。

時間　1０：００～１１：００

場所　エックス線室（区役所2階）

対象　15歳以上の市民の方

４月24日（火）

５月24日（火）

６月17日（金）

７月29日（金）

８月19日（金）

９月16日（金）

10月24日（月）

11月15日（火）

12月19日（月）

１月31日（火）

２月７日（火）

３月29日（水）

※着衣のまま撮影しますので、ボタンや金具のある下着はなるべくお避けください。

※妊娠中及び妊娠の可能性のある方はご遠慮ください。

※結核健診の結果は、精密検査が必要な方には約2週間以内にご連絡をいたしますが、異常が認められない場合は、通知はいたしません。

問合せ　保健企画 2階22番　電話　06-４８０９-９８８２

大阪市健康診査

無料

要予約

40歳以上の生活保護を受給している方等を対象とした健康診査を実施します。

対象　当該年度に40歳以上の市民で、申請時・受診時に生活保護又は中国残留邦人支援給付を受給中の方。ただし、社会保険加入者、入院中又は介護施設等に入所中の方は対象外です。

内容　問診・身長・体重・血圧測定・尿検査・血液検査等

申込　期間：令和４年4月１日（金）～令和５年2月15日（水）

方法：保健福祉センター（区役所２階㉒番）で「申込書兼同意書」を記入して添付書類（生活保護適用証明書の原本、もしくは中国残留邦人本人確認証の写し）を提出してください。

受診方法　申込後、2週間程度で「受診券」「個人票」「医療機関名簿」を送付しますので、医療機関に直接予約してください。

問合せ　保健企画 2階22番　電話　06-４８０９-９８８２

【8面】

区内取扱医療機関一覧

※取扱医療機関は変更になる場合があります。

問合せ　保健企画 2階22番　電話　06-４８０９-９８８２

「大阪市実施のがん検診」と申し出のうえ、予約してください。（令和4年1月1日現在）

(がん検診の料金・対象は5・7面へ）

（医）横田クリニック　井高野１-１-２９　06-6340-4158　特定健診　　大腸がん検診　肺がん検診　　　前立腺がん検診

（医）前田整形外科　井高野2-5-8-2階　06-6829-2468　特定健診

赤井内科泌尿器科クリニック　井高野2-5-8-2階　06-6829-0055　特定健診　　大腸がん検診

（医）憲諒会 真鍋医院　井高野３-３-６１　06-6340-6195　特定健診　　大腸がん検診　　　　前立腺がん検診

（医）三栄会 坂本内科クリニック　北江口４-３-２７-１階　06-6827-0099　特定健診　　大腸がん検診

土屋医院　北江口４-２１-１３　06-6340-7008　特定健診　胃がん検診（バリウム）　大腸がん検診　肺がん検診　　乳がん検診（超音波）　前立腺がん検診

宮崎内科クリニック　南江口2-7-12-106　06-6327-3320　特定健診　胃がん検診（バリウム）　大腸がん検診

くりもと循環器クリニック　南江口2-7-29　06-6195-6211　特定健診

（医）新徳会 新居脳神経外科クリニック　小松１-３-１５-１階　06-6370-8341　特定健診

牛尾整形外科　小松1-4-6　06-6320-7836　特定健診

玉谷クリニック　小松1-7-15　06-6323-8181　特定健診　　大腸がん検診　肺がん検診　　　前立腺がん検診

松山診療所　小松1-9-8　06-6328-1808　特定健診　　大腸がん検診　　　　前立腺がん検診

中野内科クリニック　小松1-10-20　06-4809-1138　特定健診

（医）啓松会 飯原医院　小松3-5-31　06-6328-2500　特定健診　胃がん検診（バリウム）　大腸がん検診　　　乳がん検診（超音波）

（医）聖心会 清水クリニック　瑞光1-4-26　06-6370-0033　特定健診

大野クリニック　瑞光1-7-18-3階　06-6320-7865　特定健診

江口医院　瑞光１-８-７　06-6328-3068　特定健診　　大腸がん検診

浜田整形外科　瑞光1-12-12-101　06-6321-7103　特定健診

たはし内科クリニック　瑞光4-1-18-１階　06-6326-7460　特定健診　　大腸がん検診

（医）辻クリニック　瑞光4-7-2　06-6328-6472　特定健診　　大腸がん検診　　　乳がん検診（超音波）

坂本産婦人科クリニック　瑞光４-１２-３６　06-6326-4103　　　　　子宮頸がん検診

（医）健裕会 横井整形外科　瑞光５-５-５-１階　06-6327-4511　特定健診

井上内科　上新庄２-８-２３　06-6320-2761　特定健診　　大腸がん検診

植原医院　上新庄２-９-１１　06-6328-1807　特定健診　胃がん検診（バリウム）　大腸がん検診　　　乳がん検診（超音波）

（医）延寿会 協和医院　上新庄２-１５-１８　06-6326-0700　特定健診　　大腸がん検診　　　乳がん検診（超音波）　前立腺がん検診

安積診療所　相川2-9-18　06-6340-1977　特定健診　　大腸がん検診　　　　前立腺がん検診

（医）桃和会 うえのクリニック　大桐1-7-16　06-6323-0011　特定健診　　大腸がん検診　　　乳がん検診（超音波）　前立腺がん検診

（医）げん外科内科　大桐２-２０-１０　06-6327-3181　特定健診　胃がん検診（バリウム）　大腸がん検診

よしかクリニック　大道南3-14-4　06-6195-1777　特定健診　　大腸がん検診　　　　前立腺がん検診

山本クリニック　豊里２-１-４-109　06-6320-3533　特定健診　胃がん検診（バリウム）　大腸がん検診　肺がん検診　　　前立腺がん検診

ひろざね内科・循環器科　豊里4-5-21-1階　06-6323-6081　特定健診　　大腸がん検診

（医）菊倍会 みずほクリニック　豊里４-６-１４　06-6321-4970　　　大腸がん検診

（医）順心会 藤本クリニック　豊里5-21-15　06-6328-1850　特定健診　　大腸がん検診

医）和光会　光井診療所　豊里６-４-１４　06-6327-3805　特定健診　　大腸がん検診

（医）津本クリニック　豊里６-２１-９　06-6327-2241　特定健診　　大腸がん検診　　　　前立腺がん検診

（医）やまもと整形外科　豊里７-１０-１７-１階　06-6326-7778　特定健診

（医）成仁会 成仁会病院　豊里7-19-27　06-6327-7765　特定健診　胃がん検診（バリウム）・胃がん検診（胃内視鏡）　大腸がん検診　　　乳がん検診（超音波）

白山クリニック　豊里７-３３-７　06-6320-9595　特定健診　　大腸がん検診　　　乳がん検診（超音波）

たなかクリニック　豊新１-１-１　06-6320-1017　特定健診　　大腸がん検診

よどがわ保健生活協同組合 コープこぶし通り診療所　豊新１-３-１　06-6379-6466　特定健診　胃がん検診（バリウム）　大腸がん検診　肺がん検診　　乳がん検診（超音波）　前立腺がん検診

松井レディースクリニック　豊新１-１７-１６-１階　06-6795-9600　　　　　子宮頸がん検診

（医）光誠会 ゆうメディカルクリニック　豊新1-21-29　06-6327-0550　特定健診　胃がん検診（胃内視鏡）　大腸がん検診

（医）石田クリニック　豊新3-25-19　06-6325-0246　特定健診

作医院　豊新4-26-6　06-6327-4885　特定健診　　大腸がん検診

（医）東永内科リウマチ科　豊新５-６-１９　06-6329-0276　特定健診　　大腸がん検診

（医）泰仁会 里見英子クリニック　豊新5-15-4　06-6328-3103　特定健診　　大腸がん検診

（医）若葉会 淀川若葉会病院　豊新５-１５-２５　06-6327-0871　特定健診　胃がん検診（バリウム）　大腸がん検診　肺がん検診　　　前立腺がん検診

河合内科医院　大隅2-6-15　06-6328-1545　特定健診　　大腸がん検診　　　　前立腺がん検診

（医）淡青山会 吉田クリニック　下新庄1-11-8　06-6320-4976　特定健診　　大腸がん検診

（医）俊英会 内田医院　下新庄４-１１-２１　06-6322-6435　特定健診　　大腸がん検診

（医）タツミ医院　下新庄５-５-３　06-6327-2880　特定健診　　大腸がん検診　　　乳がん検診（超音波）　前立腺がん検診

笹川医院　下新庄５-９-１３　06-6328-6128　特定健診

（医）中尾医院　菅原５-７-１１　06-6322-6816　特定健診　　大腸がん検診　　　　前立腺がん検診

（医）医誠会 医誠会病院　菅原６-２-２５　06-6326-1121　特定健診　胃がん検診（バリウム）・胃がん検診（胃内視鏡）　大腸がん検診　肺がん検診　子宮頸がん検診　乳がん検診（超音波）・乳がん検診（マンモグラフィ）

馬場耳鼻咽喉科麻酔科　菅原６-２０-７　06-6327-8787　特定健診

（医）康純会 赤井クリニック　菅原７-１０-７-１階　06-6328-8761　特定健診　　大腸がん検診　　　乳がん検診（超音波）

宇野外科整形外科医院　東淡路１-５-１-１０５　06-6325-3651　　　大腸がん検診

（医）田中医院　東淡路2-16-5　06-6322-1687　特定健診

岡部内科クリニック　東淡路４-１０-２-１階　06-6815-8100　特定健診　胃がん検診（バリウム）　大腸がん検診

ごとう内科・消化器内科　東淡路4-17-17-３階・4階　06-6195-5107　特定健診　胃がん検診（胃内視鏡）　大腸がん検診　肺がん検診　　　前立腺がん検診

なかじま糖尿病内科　東淡路４-２８-１４-４階　06-6325-1710　特定健診

（医）ヒロレディースクリニック　東淡路4-30-2-4階　06-6990-5100　　　　　子宮頸がん検診　乳がん検診（超音波）

淀川キリスト教病院　柴島１-７-５０　06-6322-2250　　胃がん検診（胃内視鏡）　大腸がん検診　肺がん検診　　乳がん検診（超音波）・乳がん検診（マンモグラフィ）　前立腺がん検診

中田クリニック　西淡路１-１１-３０　06-6326-1232　特定健診　　大腸がん検診　　　　前立腺がん検診

おおはらクリニック　西淡路1-15-10-1階　06-6323-3660　特定健診　胃がん検診（バリウム）　大腸がん検診

（医）あけぼの会 あけぼのＧＭクリニック　西淡路２-１５-５　06-6323-2650　特定健診　胃がん検診（バリウム）・胃がん検診（胃内視鏡）　大腸がん検診

（医）中城クリニック　西淡路４-２５-７０　06-6327-5002　特定健診　　大腸がん検診

よどがわ保健生活協同組合 淡路診療所　西淡路５-１１-１１　06-6322-5211　特定健診　胃がん検診（バリウム）　大腸がん検診　肺がん検診　　乳がん検診（超音波）　前立腺がん検診

辻田外科クリニック　淡路2-13-8　06-6322-2830　特定健診

渋川医院　淡路3-13-24　06-6322-5877　特定健診

（医）光綾会 野々村整形外科クリニック　淡路3-20-17-1階　06-6322-3113　特定健診

まきながクリニック　淡路３-２０-１７-２０２　06-6321-3733　特定健診　　大腸がん検診

（医）敬心会 勝久医院　淡路４-１-２８　06-6322-4604　特定健診

松岡医院　淡路5-1-19　06-6323-0601　特定健診　　大腸がん検診

（医）花実会 花井診療所　淡路5-11-1　06-6322-1990　特定健診

中井医院　東中島２-２０-7-１階　06-6323-5218　特定健診　　大腸がん検診　前立腺がん検診

長尾医院　東中島３-２-２　06-6323-8850　特定健診

歯周病検診医療機関一覧

多田歯科医院　井高野１-３４-１９　06-6340-6315

とうえ歯科クリニック　井高野２-５-８-２階　06-6829-1182

あおぞら歯科　井高野３-２-４０　06-6827-1919

永目歯科医院　北江口２-１１-２１-１階　06-6340-7758

まえぼう歯科　北江口４-３-２７-２階　06-6349-9996

正岡歯科医院　北江口４-１８-８-１０３　06-6340-8255

久山歯科　南江口２-７-２７　06-6326-3382

玉森歯科医院　小松１-９-３　06-6328-1797

中尾歯科医院　小松３-１０-２０　06-6320-5588

木原歯科　瑞光１-１１-２４　06-6328-1114

（医）至誠歯科診療所　瑞光１-１２-１２-２階　06-6328-3550

堀田歯科医院　瑞光２-１-１５　06-6324-1118

木原歯科医院　瑞光２-１１-１２　06-6329-2989

つだ歯科　瑞光２-１３-１１-１階　06-6815-8217

堀田歯科診療所　上新庄２-１-５３-１階　06-6326-8585

おだ歯科医院　上新庄２-１５-１８-１階　06-4809-0814

吉田歯科医院　上新庄２-２４-２３-３階　06-6327-3917

さの歯科医院　上新庄３-１-３３-１階　06-6320-6480

（医）和光会 光井歯科診療所　大桐１-１６-１１-１階　06-6327-6366

（医）ＰＢＨ会 きかわ歯科クリニック　大桐２-７-１６-１階　06-6370-8667

浅井歯科　豊里１-１１-１４-１階　06-6321-6000

堀田歯科クリニック　豊里４-８-１０-１階　06-4809-3001

西田歯科医院　豊里５-２３-４-１階　06-6990-0648

片岡歯科医院　豊里５-２５-２２　06-6328-6367

悠デンタルクリニック　豊里７-１９-４-２階　06-6325-0205

井上歯科診療所　豊新２-１０-２７　06-6326-2277

春田歯科医院　豊新４-２６-５　06-6320-3303

有岡歯科医院　大隅１-２-２１-１階　06-6325-8080

松本歯科医院　下新庄４-４-２０　06-6322-6312

おのだ歯科医院　下新庄４-９-２２-１階　06-6329-2662

守下歯科医院　下新庄５-２-１４　06-6328-6877

アキフサ歯科医院　下新庄５-２６-１０-１１７　06-6324-0974

神谷歯科医院　菅原５-１１-４-１階　06-6323-8967

江並歯科　菅原５-１１-３７　06-6322-9336

つつみした歯科　菅原６-１９-４　06-6160-4618

（医）乾洋会 トミデンタルクリニック　菅原７-１-１９　06-6990-0910

辻本歯科クリニック　菅原７-３-２　06-6323-5541

高津歯科医院　東淡路２-３-２０　06-6327-8668

ほづみ歯科医院　東淡路４-１２-９　06-6322-5739

（医）阡周会 くろだ歯科医院　東淡路５-１６-８　06-6323-8211

下田歯科医院　西淡路１-１-３５-８階　06-6323-5572

赤松歯科医院　西淡路２-１０-３-１階　06-6322-8211

瀧野歯科医院　西淡路３-１２-３３　06-6322-5890

よしだ歯科　淡路４-１３-１６　06-6326-9700

（医）ニイヤ歯科　淡路４-１４-１５　06-6325-2182

藤原歯科医院　淡路４-３０-１７　06-6322-2989

よどがわ保健生協皮膚科歯科診療所　淡路４-３４-１１　06-6320-4178

吉村歯科医院　東中島１-２０-１２-２階　06-6322-4786

おぎの歯科医院　東中島３-５-７-２階　06-6329-9990

崎原歯科医院　東中島３-１６-２１　06-6321-2068

堀歯科医院　東中島６-１-８　06-6328-6419

凡例

特：特定健診

バ：胃がん検診（バリウム）

内：胃がん検診（胃内視鏡）

大：大腸がん検診

肺：肺がん検診

子：子宮頸がん検診

超：乳がん検診（超音波）

マ：乳がん検診（マンモグラフィ）

前：前立腺がん検診

【9面】

救急車を呼んだ方がいい？ 病院に行った方がいい？

迷った時は救急安心センターおおさか

＃7119(24時間 365日) 又は電話 06-6582-7119

市の制度や手続き、市のイベント情報に関するご案内などは

大阪市総合コールセンターへ（年中無休8：00～21：00）

電話　06-4301-7285　FAX　06-6373-3302

なにわコール　検索

【10面】

市内に建物をお持ちの方へ

建物の修景に関する相談をお受けします！

建物の外観の特徴を活かした改修や、まちなみに配慮した整備等、

「修景」に関することなら、どんなことでもお気軽にご相談ください！

問合せ　都市整備局 まちなみ環境グループ　電話　06-6208-9631

移動図書館「まちかど号」

毎月1回、区内12か所を巡回しています。詳細は、市立図書館HP又はお問い合わせください。

問合せ　中央図書館自動車文庫　電話　06-6539-3305

大阪市立図書館　検索

【11面】

歩きたばこは危険です。路上喫煙はやめましょう！

「大阪市路上喫煙の防止に関する条例」により、路上喫煙禁止地区を指定し、禁止地区以外でも、道路や公園などの公共の場所では路上喫煙をしないよう努力する義務を定めています。

問合せ　環境局 事業管理課　電話　06-6630-3228

ふれあい広場 障がい者自主製品物販

毎週月・金曜日(第５月曜日は除く) 11：00～14：00

場所　区役所1階エレベーター前

問合せ　高齢者・障がい者2階27番　電話　06-4809-9857

【12面】

LINE（ライン）　東淀川区　LINE　検索

Twitter（ツイッター）　東淀川区　Twitter　検索

Facebook（フェイスブック）　東淀川区　Facebook　検索

YouTube（ユーチューブ）　東淀川区　YouTube　検索

特集

在宅医療　在宅介護

“おいしく食べる“をいつまでも

在宅医療・在宅介護と口腔ケア

東淀川区歯科医師会 入来院 光彦会長

オーラルフレイルとは加齢に伴いお口の様々な機能が低下することです。これにより思うように物が食べられなくなり、やがて低栄養から全身的なフレイルへと移行してしまいます。オーラルフレイル予防のためにも定期的に歯科を受診し、お口の健康に務めましょう。

※フレイル…加齢により衰えた状態

辻本歯科クリニック　辻本 照人先生

在宅で受けられる歯科治療や口腔ケアにはどのようなものがありますか？

現在、歯科医院で行なっている診察や治療、口腔ケアのほとんどを、在宅でも受けていただくことが可能です。東淀川区歯科医師会・在宅歯科ケアステーションに所属する歯科医師と歯科衛生士が、通院が困難な方の自宅や施設に訪問し、虫歯治療や入れ歯製作、口腔ケアを行っています。他職種と連携した在宅医療・介護の強化や、幅広く見守り活動の一環としても地域貢献できればと考えています。

近年、力を入れている取り組みはありますか？

　フレイル予防の一環としての、オーラルフレイル（口腔機能の低下）への対策です。平成元年からスタートした8020運動では、「80歳で20本以上の歯を保つ」ために歯垢や歯石の除去など器質的なケアを中心に行なってきました。そして近年、8020運動の達成率の上昇とともに注目されているのが、オーラルフレイル予防です。これまでのケアに加え、例えば飲み込む力を鍛える「嚥下体操」や、ドライマウスを防ぐ「唾液腺マッサージ」などの機能的なケアも並行することで、より快適で健康的な生活の実現をめざしています。

口腔ケアを続けることの大切さを教えてください

　「口は命の入口、心の出口」という言葉があるように、口は、健康な食生活を支えると同時に、思いを伝えるための大切な器官。昨今ではコロナ禍での会話減少による滑舌低下やドライマウス等の相談、孫に口臭を指摘されてコミュニケーションが億劫に…という悩みもよく聞きます。歯科治療や口腔ケアは、他の病気治療に比べて軽視される方が多いかもしれませんが、身体はもちろん心の健康を保つためにも重要です。

　ご病気などで通院できずにお困りの場合、かかりつけの歯科医院や東淀川区歯科医師会にご相談ください。ご家族からの質問等も受け付けていますので、気軽にご連絡ください。

ご利用の患者さん　徳永 圀治さん

ご自宅で歯科治療を受けられるようになったきっかけを教えてください

　数年前に患った脳梗塞の後遺症で足が不自由になり、車椅子での生活を送っています。そんな中、ケアマネジャーさんに在宅で歯科治療を受けられることを教えてもらい、2年程前からお願いすることに。現在は月1回、自宅で歯の状態を診ていただいたり、口腔ケアについてアドバイスしていただいたりしています。最近では入れ歯も新調しました。足が悪くなってから、なかなか歯科に通うことができなかったので非常にありがたいです。

ご自宅で続けられている口腔ケアや効果を教えてください

　正しい歯の磨き方や、入れ歯の手入れ方法などを教えてもらうことで、日常の中でのケアを意識するようになりました。食後のうがいや歯の手入れが習慣化されたおかげで、いつも口の中がすっきりとして気分もよく、楽しんで食事ができています。自分の歯もまだたくさん残っており、肉や硬い食べ物なども問題なく噛み切れます。誤嚥の心配については、「徳永さんはまだ大丈夫」と先生が言ってくださるように、何か心配ごとがあっても定期的な診察で不安を払拭できるので、安心して生活ができています。

在宅医療・在宅介護について、感じられていることを教えてください。

　在宅の歯科治療のほか、現在ホームヘルパー（訪問介護士）さんに週2回、自宅に来ていただいています。買い物をお願いしたり、掃除をしてもらったり、病院に付き添ってもらったりと、大変助かっています。食事は配食サービス、入浴はデイサービスを利用し、快適に過ごせています。住み慣れた我が家での生活を続けながら、身の回りのさまざまなことをサポートしていただけて満足しています。辻本先生やヘルパーさんなど自宅に来てくださる方々がいつも温かく声をかけてくださるので、コロナ禍でも前向きな気持ちで生活でき、会話も楽しいので毎日の張り合いにもなっています。

東淀川区歯科医師会在宅歯科ケアステーション

電話　06-6328-9593（月～土 10：00～14：00）

通院できずにお困りの方にご自宅や施設で歯科治療を受けていただくためのお手伝いをいたします。ご質問やご相談だけでもお気軽にご連絡ください。

あなたの在宅医療・在宅介護 私たちがサポートします

東淀川区の在宅医療連携を考える会（こぶしネット）とは

医療や介護のさまざまな専門スタッフがネットワークをつくり、あなたの療養生活を応援し、あなたらしい生活を支えるサポートチームです。東淀川区では、区役所とこぶしネットの多職種連携及び関係団体との協働により、在宅医療・介護連携推進事業に取り組んでいます。

ご本人・ご家族

在宅医療・介護連携支援コーディネーター

在宅医

訪問看護師

訪問介護士

ケアマネジャー

民生委員（見守り）

行政（区役所、消防署 等）（見守り事業）

認知症初期集中支援チーム（ほほえみ オレンジチーム）

地域包括支援センター総合相談窓口（ブランチ）

理学療法士　作業療法士　言語聴覚士

歯科医師　歯科衛生士

薬剤師

病院

在宅医療・在宅介護についてお問い合わせは

東井高野・井高野・大隅西・大隅東・小松　北部地域包括支援センター（なかよし）　電話　06-6349-5001

下新庄・新庄・菅原　中部地域包括支援センター（びはーら）　電話　06-6325-6915

大桐・豊里・豊新・大道南・豊里南　区地域包括支援センター（ほほえみ）　電話　06-6370-7190

東淡路・淡路・西淡路・啓発　南西部地域包括支援センター（ひだまり）　電話　06-6326-4440

住み慣れた場所でいつまでも

　「口」に関わるケアを中心に在宅医療・介護をご紹介しました。

　おいしく物を食べる、楽しく人と話すなど、口はとても大切な器官であるのに、治療や手入れは、つい後回しになってしまっていないでしょうか。

　高齢や障がいなどで外出が困難な方にとっては、在宅で口腔ケアを受けることや、自宅でできるセルフケアは、住み慣れた自宅での生活には欠かせないことだと言えるでしょう。

　また、歯科医だけではなく様々な医療や介護の専門職が在宅生活を支えていることも知っていただけたと思います。

　地域包括支援センターのほか、かかりつけ医やケアマネジャー、病院の地域連携室などでも在宅医療・介護についてご相談いただけます。お気軽にご相談ください。

東淀川区長　西山 忠邦

問合せ　保健企画 2階22番　電話　06-4809-9882

●「広報ひがしよどがわ」3月号は50,500部発行し、1部あたりの発行単価（配付費用含む）は約34円です（そのうち約2.5円を広告収入で賄っています）。

●「広報ひがしよどがわ」は再生紙を使用しています。