

イベントなどが延期・中止、施設等が休館になる場合があります。実施の有無等、くわしくはホームページまたは電話でご確認ください。  
 健診・講座・相談などに参加される際には、**マスクの着用**をお願いします。



## 健康・福祉

### 各種相談・教室

無料

#### ◆精神科医による相談

要予約

**とき** ・9月17日(木) 14:00～  
 ・10月6日(火) 13:30～  
**ところ** 区役所 2階相談室  
**対象** こころの変調にお悩みの方  
 (ご家族・支援者も可)



#### ◆酒害教室

**とき** ・9月8日(火) 14:00～16:00  
 専門医のミニ講座「アルコールと認知症②」、  
 当事者体験談  
**ところ** 区役所 2階集団検診室  
**対象** アルコール問題を抱えている方、その支援者等

#### ◆統合失調症の家族教室

※初めての方は必ず事前にご連絡ください

**とき** 9月23日(水) 14:00～16:00  
**ところ** 区役所 2階計測室  
**対象** 統合失調症をお持ちの方のご家族  
**内容** グループホーム見学、家族同士の交流等

#### ◆「いくみんのつどい」

(精神障がいをお持ちの方の教室)

※参加希望の方は必ず事前にご相談ください

**とき** 9月14日(月) 13:30～15:30  
**ところ** 区役所 2階集団検診室  
**対象** 統合失調症等治療中で主治医の許可がある方  
**内容** スカイクロス、連想ゲーム、ミーティング等

各種相談・教室のお問合せは…

**問合せ** 区保健福祉課 2階23番  
 ☎06-6715-9968 FAX06-6712-0652

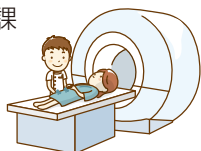
### 特定健康診査

無料

**とき** ・9月22日(火・祝)  
**ところ** 保健福祉センター(区役所)  
 ・10月1日(木)  
 北鶴橋小学校(鶴橋3-4-50)  
 ・10月11日(日)  
 東中川小学校(新今里7-14-37)  
 いずれも9:30～10:30  
**対象** 国民健康保険に加入の40～74歳までの方  
 (年度内に40歳になる方含む)、または後期高  
 齢者医療制度に加入している方  
**持ち物** 受診券と被保険者証、前年度の結果(お持ち  
 の方のみ)  
**問合せ** ・特定健康診査受診券について  
 区窓口サービス課 4階48番  
 ☎06-6715-9956 FAX06-6717-1161  
 ・後期高齢者医療制度の受診券について  
 大阪府後期高齢者医療広域連合給付課  
 ☎06-4790-2031 FAX06-4790-2030

また、「1日人間ドック」や「健康づくり支援事業」も実  
 施しています。くわしくは「国保健診ガイド」(受診券に  
 同封)、または市HPをご覧ください。(区役所の窓口  
 でも配付しています)

**問合せ** 1日人間ドック・健康づくり支援事業  
 福祉局生活福祉部保険年金課  
 ☎06-6208-9876  
 FAX06-6202-4156



### 区役所でのがん検診・歯科相談・結核健診

年に1度は受診を!

通常は約4,000円～14,000円のがん検診が、生野区役所において無料～1,500円で受けることができます。

**申込み** 電話または来庁(予約受付は検診の14日前で終了。ただし定員になり次第終了。)  
 ※市民税非課税世帯の方などは無料。くわしくは(問合せ)まで。

**問合せ** 区保健福祉課 2階24番 ☎06-6715-9882 FAX06-6712-0652

★…特定健康診査  
 (40歳以上)併設日

内容	とき	対象	料金
胃がん検診 大腸がん検診 肺がん検診 <b>要予約</b>	11月13日(金)★ 12月20日(日)★ } 9:30～10:30	40歳以上	胃…500円(X線) 大腸…300円 肺…無料(X線) ※喀痰検査が必要な場合、 追加で400円かかります。
乳がん検診 (マンモグラフィ) <b>要予約</b>	12月11日(金) 9:30～10:30 13:30～14:30	40歳以上で 大正・昭和の 奇数年生まれの女性	1,500円
骨粗しょう症検診 (骨量検査) <b>要予約</b>		18歳以上	無料
結核健診	9月11日(金) 10月13日(火) 11月10日(火) 12月9日(水) } 10:00～11:00	15歳以上	無料  9月24日～30日は 「結核予防週間」です 2週間以上せきやたんが 続く場合は、すぐに医療機 関を受診しましょう!
歯科相談	9月28日(月) 11月 2日(月) } 9:30～10:30 12月11日(金) 9:30～10:30 13:30～14:30	年齢制限無し	無料

※各種がん検診および骨粗しょう症検診は、8月3日から予約を開始しているため、すでに定員に達している場合があります。あらかじめご了承ください。

## 「健康寿命を延ばそう！」

いくみんカラダ通信

「日常的に介護を必要とせず、  
 自立して暮らすことができる期間」のことを健康寿命といいます。  
 生野区の平均寿命は男性80.95歳、女性88.10歳(平成29年度)と  
 大阪市平均より長く、長寿の区です!  
 一方、介護を受けながら生活する期間(不健康な期間)が  
 男性2.5年(市平均1.8年)、女性5.1年(同3.9年)と  
 大阪市の中でも長くなっています。  
 いつまでも元気で過ごせるよう、  
 健康づくりの“ヒント”や“コツ”を  
 みんなで楽しく学んで健康寿命を延ばしていきましょう!!



### 令和2年度 健康づくりひろげるクラブ

**とき** 10月13日(火)、10月27日(火)、11月10日(火)、  
 11月24日(火)、12月1日(火)  
 いずれも10:00～12:00

**ところ** 区役所 2階集団検診室

**費用** 無料

**対象** 区内在住で40歳以上の方  
 ※介護認定を受けられている方は対象外

**定員** 15名(先着順)

**問合せ** 9月7日(月)から9月30日(水)までに電話  
 または来庁で(問合せ)へ

**申込み** 区保健福祉課 2階23番  
 ☎06-6715-9968 FAX06-6712-0652

- 全5回コース……………
- ◆介護予防・生活習慣病予防  
(セルフモニタリングで健康づくり)
  - ◆おうちでできるストレッチ・体操
  - ◆笑いで楽しく、免疫力アップ
  - ◆手軽にできる健康づくりクッキング
  - ◆認知症予防 など盛りだくさん!  
(3回以上の出席で修了証をお渡しします)

※プログラムが変更、中止となる場合があります。

参加者大募集!!

