

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、くわしくは区HP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 ・10月15日(木) 14:00～
 ・11月9日(月) 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 ・10月13日(火) 14:00～16:00
 専門医のミニ講座「アルコール依存症と家族①」、
 当事者体験談

・10月27日(火) 14:00～16:00
 保健師のミニ講座「インフルエンザ予防」、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 10月28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 精神科医の話「統合失調症について」、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 10月19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 臨床心理士によるSST(ソーシャルスキルトレーニング)、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 ・10月11日(日) 東中川小学校(新今里7-14-37)

・11月13日(金) 保健福祉センター(区役所)
 いずれも9:30～10:30

対象 国民健康保険に加入の40～74歳の方(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

“おこもり太り”と “ストレス”を解消しませんか？

いくみんカラダ通信

新型コロナウイルスの影響で家で過ごす時間が長くなったことで、
 ついついおやつに手が伸びたり、運動不足でおこもり太りしていませんか？
 また、なかなか外出できないことで、ストレスを感じたりしていませんか？
 「肥満」や「ストレス」は高血圧や糖尿病などの生活習慣病を
 加速させる一因になると言われています。
 この機会に、体も心もリフレッシュできる体操を学びませんか？

いつでも家で
 できる！



ヘルスアップ講座

無料

要申込

「生活習慣病予防のための体操講座」

とき 11月10日(火) 14:00～16:00(受付13:45～)

ところ 区役所 6階大会議室

内容 講話、体操、生野区内の活動紹介

持ち物 動きやすい服装、靴、水・お茶(水分補給用)

対象 40歳以上の区内在住の方
 ※運動に制限のある方はご遠慮ください

定員 20名(先着順)

申込み 10月8日(木)～10月30日(金)に(問合せ)へ

問合せ 区保健福祉課 2階23番

☎06-6715-9968 FAX06-6712-0652

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 要予約	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) 要予約	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) 要予約		18歳以上	無料
結核健診	10月13日(火) 11月10日(火)	10:00～11:00 15歳以上	無料
歯科相談	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。

薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」 10月・11月は、「麻薬・覚醒剤 乱用防止運動月間」です。

2019年には、全国における大麻事犯の検挙者数が4,570人と過去最高となり、そのうち半数を超える2,622人が未成年や20歳代の青少年でした。インターネット等において「大麻には害はない」などの誤った情報が氾濫しており、青少年の大麻乱用の拡大につながっていると推測されます。「1回だけなら大丈夫」「やせられるよ」「みんなやってるよ」などの甘い誘いは全部ウソです。はっきり、きっぱり強い態度で断ることが大切です。

大麻の乱用は青少年期に構築される脳・神経系の正常な発達および成熟に障害を起す可能性が強く示唆されています。

大麻は子供の成長に計り知れない悪影響を及ぼします！

大麻の花や葉に含まれるTHC(テトラヒドロカンナビノール)が、様々な障害を引き起こします。

大麻の乱用による影響

大麻の有害性

大麻を長く使い続ける影響

知覚の変化 時間や空間の感覚がゆがむ
 情緒の不安定 イライラしたり不安になる
 思考の変化 集中力がなくなる
 大麻精神病 幻覚・妄想などの症状が現れる
 判断力の低下 物事を考えられなくなる
 無動機症候群 何もやる気がしなくなる

問合せ 大阪府健康医療部生活衛生室薬務課 ☎06-6941-9078 FAX06-6944-6701