

後期高齢者医療制度の 被保険者に対する助成について

後期高齢者医療健康診査※
糖尿病や高血圧症等の生活習慣病に加え、加齢に伴う心身の衰え(フレイル)等のチェックをしますので、現在生活習慣病で通院されている方も積極的に受診してください。4月下旬から5月上旬にかけて「健康診査受診券」をお送りします。

後期高齢者医療歯科健康診査※
歯や歯肉の状態だけでなく、お口の機能を含めてチェックをしますので、義歯を使用中の方も積極的に受診してください。4月下旬から5月上旬にかけて「歯科健康診査のお知らせ」をお送りします。

※年度途中で新たに75歳になられる方には、誕生月の翌月にお送りします。受診対象外の方もいますのでくわしくはお問合せください。

人間ドック費用の一部助成
人間ドックを受診された場合の費用の一部を助成します。費用の助成を受ける際は、人間ドックを受診し、いったん費用全額を自己負担していただくから、窓口にて費用助成を申請してください。なお、各年度中(4月1日から当該年度の3月31日まで)1回の受診に対し、26,000円を上限として費用の一部を助成します。

【申請に必要なもの】

- ・受診された人間ドックの「領収書」
- ・検査結果通知書一式(コピー可)
- ・後期高齢者医療被保険者証
- ・口座情報のわかるもの
- ・申請書

問合せ 区窓口サービス課 4階48番
☎06-6715-9956 FAX06-6717-1161

図書館だより

生野図書館からのお知らせ

◆令和6年度子ども読書の日記念事業 **無料**
おはなしデュオ♪くみどり♪の春風ライブ
絵本やパネルシアターなど、歌と音楽と共に、子どもも大人もいっしょにおはなしの世界を楽しめるプログラムをおとどけます。

とき 4月21日(日) 13:00～13:45
対象 どなたでも
定員 30名(先着順)

◆絵本の会 **無料**
絵本の読み聞かせや紙芝居、手遊びなどをします。

とき ①4月6日(土)、5月4日(土) 11:00～11:30
②4月10日(水)、5月8日(水) 11:00～11:30《0・1・2歳向け》

ところ 生野図書館(勝山南4-7-11)
問合せ ☎06-6717-2381 FAX06-6717-3119

移動図書館「まちかど号」巡回日 **無料**

とき 4月3日(水)・5月1日(水)
ところ ●10:15～10:55 天理教葛上分教会(新今里5-3)
●13:10～13:50 新巽東会館・老人憩の家(巽東4-11)
●14:15～14:55 せいりょう巽北駐車場(巽北2-22)

問合せ 中央図書館自動車文庫
☎06-6539-3305 FAX06-6539-3336

生野区役所でのがん検診・骨粗しょう症検診・結核健診等

大阪市がん検診は検査費用の約90%を大阪市が助成しています

後期高齢者医療被保険者証、高齢受給者証をお持ちの方、
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。
予約 電話、来庁または「大阪市行政オンラインシステム」で予約してください。
(予約受付は、定員になり次第終了します。)

問合せ 区保健福祉課 2階24番
☎06-6715-9882 FAX06-6712-0652
★…特定健診(40歳以上・予約不要)併設日
(注意)特定の医療機関への紹介は行いません。

行政オンラインシステム
の予約はこちら▶



夜間に実施
するのは年に1回。
5月16日(木)だけです!

内 容	と き	対 象	料 金
大腸がん検診 肺がん検診 要予約	●4月21日(日)9:30～10:50 ●5月16日(木)18:30～19:30 ※大腸がん検診は実施しません	40歳以上	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 女性技師が対応します	●5月30日(木)9:30～10:50★ ●6月12日(水)9:30～10:50★	40歳以上の女性で 前年度に同等の 検診・検査を していない方	1,500円
骨粗しょう症検診 (骨量検査) 要予約	●7月17日(水)9:30～10:50★ ※肺がん検診は実施しません	18歳以上	無 料
歯科相談	5月30日(木)9:30～10:30★	市民の方 (年齢制限なし)	無 料
結核健診	4月15日(月)10:00～11:00	15歳以上	無 料

各種がん検診は取扱医療機関でも区役所と同料金で実施しています。
予約は取扱医療機関へ直接電話してください。

下記のがん検診は取扱医療機関でのみ実施
●胃がん ●乳がん(超音波) ●子宮頸がん ●前立腺がん検診

取扱医療機関▲

区HP▲

いくみんカラダ通信

身体を動かしてがんを予防!

みなさん、運動や家事、通学、仕事などの身体活動※¹は一日にどれくらいできていますか?
身体活動量が高い人は、免疫機能の改善などにより、がん腫瘍の成長を低下させる可能性があり、
大腸がん、子宮体がん、乳がんといったがんのリスクを減少させることができるといわれています。※²
●どれくらいの身体活動が必要?

18～64歳	1日 60 分以上
歩行または それと同等以上の 身体活動 (1日約8000歩)	

65歳以上	1日 40 分以上
歩行または それと同等以上の 身体活動 (1日約6000歩)	

●座りっぱなしは危険!
座りっぱなしの時間が増えると、死亡リスクが増加することがわかってきています。じっとしている時間が長くなりすぎないように、少しでも身体を動かすことが大切です。
今年「がん検診」をいつ受けるか決めていますか?検診の予約は計画的にとり、毎年受けることが大切です。上記の各種検診のご案内をぜひご覧ください!
※¹身体活動＝運動＋生活活動(日常生活における仕事、家事、通学など)
※²厚生労働省 健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023
問合せ 区保健福祉課 2階23番 ☎06-6715-9968

以下は「広告スペース」です

