



予防接種・結核健診・各種がん検診等の日程

	とき	対象	費用・その他
申込不要 BCG接種	10月15日(木) 11月19日(木) 13:30~15:00	生後12か月未満の乳児 ※1歳の誕生日前日まで(標準は5~8か月児)	予防接種手帳の説明をよく読み、予診票に記入し、母子健康手帳とともにご持参ください。 無料
※当日待合スペースが少ないため、時間指定した整理券を配布いたします。受付開始直後は、大変混み合い長時間お待ちをさせていただきますので、ご了承ください。			
申込不要 結核健診	10月13日(火) 11月9日(月) 10:00~11:00	15歳以上の市民の方	胸部エックス線撮影…………… 無料 ※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。
申込要 胃・大腸・肺がん検診	1月14日(木) 2月4日(木) 9:30~10:30 2月16日(火)	40歳以上の市民の方(その他条件あり)	胃がん…500円、大腸がん…300円 肺がん(エックス線)…………… 無料 (条件により、たんの検査:400円)
申込要 乳がん検診・骨粗しょう症検診	1月12日(火) 2月13日(土) 9:30~10:30	マンモグラフィ…昭和・大正の奇数年生まれで40歳以上の女性で市民の方(その他条件あり) 骨粗しょう症検診…18歳以上の市民の方	マンモグラフィ……………1,500円 骨粗しょう症検診…………… 無料
申込不要 歯科相談	10月1日(木) 10月20日(火) 9:30~10:30 11月17日(火)	市民の方	無料

がん検診(骨粗しょう症検診を除く)を希望される方は、区内の取扱医療機関においても受診することができます。取扱医療機関に直接、電話にて、実施状況を確認のうえ予約可能であれば、必ず「大阪市が実施しているがん検診」と申し出のうえご予約ください。区内の取扱医療機関は、区ホームページでご覧いただけます。

城東区 保健事業

ところ/区役所2階 保健福祉センター 問合せ・予約/保健福祉センター保健福祉課(保健) ☎6930-9882 ☎6930-9936

城東区では高血圧症が増えています!!

城東区では、高血圧症と診断される方(高血圧有病者割合)が年々増加しています。生活習慣を見直し、高血圧症を予防しましょう。

【高血圧症はなぜ怖いのか?】

高血圧症は症状がありません。気づかない間に重大な病気を引き起こすことがあります。高血圧→動脈硬化→狭心症・心筋梗塞・脳卒中(脳梗塞・脳出血など)

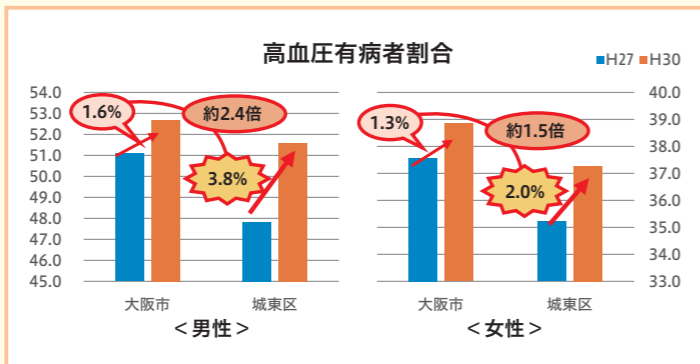
【高血圧症を予防しよう】

- 栄養・食事
塩分を控える(食塩は1日あたり男性7.5g未満、女性6.5g未満)
野菜や果物は豊富に
お酒はほどほどに(日本酒なら1合、ビールなら大瓶1本程度)
- 定期的に適度な運動
ウォーキングなど有酸素運動を中心に、定期的に(できれば毎日)、30分以上を目標に行いましょう。

※詳しくは区ホームページも合わせてご覧ください。→

【特定健康診査を受けよう!】

特定健康診査は、高血圧症も含めた生活習慣病についてチェックできる大切な健診です。詳しくは区ホームページをご覧ください。→



問合せ/保健福祉センター保健福祉課(保健活動) ☎6930-9968 ☎6930-9936

乳幼児健診のお知らせ

対象者が変更になることがあります。

	実施日	対象者
3か月児健診	10月19日(月)	令和2年6月6日~24日生
	11月2日(月)	令和2年6月25日~7月10日生
	11月16日(月)	令和2年7月11日~26日生
1歳6か月児健診	10月21日(水)	平成31年1月14日~26日生
	11月4日(水)	平成31年1月27日~2月16日生
	11月18日(水)	平成31年2月17日~3月7日生
3歳児健診	10月16日(金)	平成29年4月2日~20日生
	11月6日(金)	平成29年4月21日~5月1日生
	11月20日(金)	平成29年5月2日~24日生

各健診の対象者の方には事前に(2週間前までに)ご案内します。
問合せ/保健福祉センター保健福祉課(保健) ☎6930-9882 ☎6930-9936

こころと向き合う川柳

~老いと向き合い方、自分らしい生き方を共に考える川柳~

* 今月のお題「老後」*

老後って 二、三十年 有るのよね
今里 信子様(中央在住)

年重ね おぼえたことは おかげさま
城東区医師会訪問看護ステーション

次のお題で川柳を募集します。ぜひご応募ください!

お題:①「姿勢」②「共に生きる」

申込み・問合せ/
保健福祉センター保健福祉課(保健) ☎6930-9882 ☎6930-9936



シリーズ 区内小中学校情報 ~未来にはばたけ! JOTOっ子~

区内の小中学校の魅力を紹介します

★董中学校(古市1-18-4)

本校はTeamsを活用した「オンライン学習」を全教科で試行実施し、報道関係者からも取材を受けるとともに本校の取り組みについて、市教育委員会から視察に来た担当者からも高い評価を受けました。



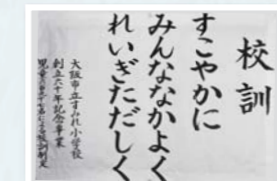
箕輪校長

★すみれ小学校(古市2-6-38)

すみれ小学校を紹介するキーワードは4つ
・大阪市で初めての平仮名書きの小学校です。
・校訓を児童が創ったので皆が暗記しています。
・校区内に幼・保・小・中・高・大学があります。
・約24,000人収容の大阪大国技館がありました。水津校長



水津校長



問合せ/保健福祉センター保健福祉課(子育て教育) ☎6930-9065 ☎6930-9140

シリーズ 子育て支援施設 みんなで子育て! みんなで応援! ~小規模保育施設~

★とまり木保育園 古市園(古市3-8プロムナード関目団地7号棟103号室) ☎6167-9709

開園して3年目の0歳児から2歳児までの5人のアットホームな保育園です。家庭的な雰囲気の中でたくさん吸収し、大きく成長してほしいと願っています。

★エンジェルキッズ城東園(今福西5-11-27) ☎6939-3800

エンジェルキッズ城東園は、一軒家を利用した少人数の保育園です。ご家庭の中で過ごしているような安心感と、集団の中での楽しさを両方感じていただける「おうち保育園」です。

★ゆめみ保育園(東中浜6-8-23) ☎4258-7100

0歳児~2歳児までの小規模保育園です。一人ひとりに寄り添い「愛されている」と実感できる家庭的な保育をめざしています。毎月子どもたちが楽しめる行事を行っています。



問合せ/保健福祉センター保健福祉課(子育て教育) ☎6930-9068 ☎6930-9140

8 ご寄附のお願い
城東区を魅力的なまちにしませんか?

ふるさと寄附金とは、皆さまの応援したい、貢献したい自治体への思いを寄附という形でお受けする制度です。城東区では魅力的なまちづくりを行うために皆さまからのご協力をお願いしております。 問合せ/総務課 ☎6930-9625 ☎6932-0979

「重大虐待ゼロ」
実現へ向けて

すべての子どもが笑顔で暮らせる社会に
大阪市児童虐待ホットライン(24時間365日対応)

まずは 一報なにわっ子
☎0120-01-7285 (通話料無料)

9